



Radot drošu pamatu bērniem audžuģimenēs:

Droša pamata novērtēšanas anketa audžuvecākiem un viņu inspektoriem

Praktisks instruments kvalitatīvas aprūpes attīstīšanai

- **BĒRNA PAGĀTNE**

Cik grūti var būt mūsu uzdevumi?

- **MĒRĶU IDENTIFICĒŠANA**

Jūsu resursu un jomu, kuras jāuzlabo, kartēšana

- **DIALOGS**

Starp **audžuvecākiem** un inspektoru, social darbinieku vai citu dialoga partneri

- **JŪSU DARBA PLĀNOŠANA**

Jomas, lai uzlabotu jūsu sociālās attiecības katru dienu



Esiet sveicināti! Šī novērtēšanas anketa ir instruments jūsu darbam kā audžuvecākiem

Šī novērtēšanas anketa palīdzēs jūsu nozīmīgajā darbā. Kā audžuvecāki jūs esat visnozīmīgākās personas savu audžubērnu dzīvē. Darbs ar novērtēšanas anketu var palīdzēt jums un jūsu inspektoram sadarboties. Tā ir instruments, lai analizētu jūsu kā audžuģimenes sadarbības tīklu, atrast jomas, kurās nepieciešami uzlabojumi un veidot kvalitatīvu dialogu par tām. Un visbeidzot izveidot sistēmisku plānu, lai uzlabotu to, ko jūs jau darāt. Pat nelielas izmaiņas var sekmēt lielus uzlabojumus.

Anketa arī palīdzēs jums izlemt, kuras FAIRstart nodarbības jums būtu jāizmanto.

Jūsu māja ir jūsu darbavieta – uzlabojiet to!

Kad jūs kļūstat par audžuvecākiem, jūsu māja kļūst par jūsu darbavieta. Jūs neesat tikai vecāki, bet kļūstat arī par audžu vecākiem – darbinieks, kurš strādā mājās, lai nodrošinātu audžubērnam drošu pamatu.

Audžuvecāku darbs ir atkarīgs no daudzām sociālām attiecībām: institūciju, kura jūs algo, jūsu laulāto draugu, jūsu kontaktiem ar bērna bioloģiskajiem vecākiem. Iespējams, jums pašiem ir bērni, jums ir kaimiņi, draugi un radnieki, savukārt bērnam ir attiecības ar cietiem bērniem uz ielas vai skolā.

Šo attiecību kvalitāte veido rāmi un platformu jūsu darbam:

Lai uzlabotu savu darbu un pieņemtu lēmumu, uz ko jūs fokusēsieties, jums, protams, ir jāstrādā, lai uzlabotu savu darbavieta. Ja jūs jūtaties komfortabli un droši, un jums ir labas attiecības ar visiem cilvēkiem savā sociālajā tīklā, tas veidos jūs stiprākus un jūs kļūsiat par labākiem aprūpētājiem jūsu audžubērnam.

Anketa palīdzēs jums plānot savu darbu un veidot atbilstošu vidi bērnam

Mēs lūdzam jūs atbildēt uz virkni jautājumiem, vai uzskatāt, ka jūsu attiecības, par kurām tiek jautāts, ir labas, sliktas vai kaut kur pa vidu. Kad jūs aizpildīsiet anketu, jums būs labs pārskats par jūsu attiecībām.

Jūs arī varat lūgt uz jautājumiem atbildēt jūsu laulātajam draugam. Varbūt viņam/viņai ir cits skatījums un labi ieteikumi. Vai arī jūs varat lūgts atbildēt kādam labam draugam, kurš jūs labi pazīst.

Ja jums ir regulāras tikšanās vai telefona sarunas ar jūsu inspektoru vai bērna sociālo darbinieku, jūs varat izmantot novērtēšanas anketas rezultātus, lai diskutētu par uzlabojumiem un risinājumiem.

Pēc tam, kad būsiet saskaitījuši punktus, jūs varat izmantot rezultātus, lai veidotu darba plānu – kā jūs izmantosiet šo apmācības programmu, lai uzlabotu jums vissvarīgākās attiecības. Ja jūsu kā audžuģimenes inspektors jūs apciemo, apspriediet ar viņu savus rezultātus un jūsu darba plānu, un lūdziet viņa ieteikumus.



Ko no jums prasa būt par audžuģimeni šajā gadījumā?

Ko vispārīgi jūs varat sagaidīt, saņemot bērnu savā aprūpē, un kā jūs saistībā ar to redzat savus uzdevumus? Iespējams, mēs palīdzēsim jums rast atbildi.

Vispirms mēs vēlamies, lai jūs uzlūkojat savu audžubērnus, lai gūtu priekšstatu, vai tas ir vienkāršs uzdevums vai arī bērnam/jaunietim jūsu aprūpē ir daudz problēmas, tādējādi padarot jūsu uzdevumu grūtāku. Jūsu atbildes uz šiem jautājumiem (5. un 6. lpp) ir informācija, kas nav daļa no novērtēšanas anketas.

Par jūsu audžubērnu:

Vecums un vēsture – jūsu uzdevumi un gaidas

Atzīmējiet ar "X" vienu no šīm izvēlēm:

A. Bērns bija *vecumā no 0 līdz 3 gadiem*, kad viņš nonāca pie mums.

A___

Vai:

B. Bērns bija *vecumā no 4 līdz 10 gadiem*, kad viņš nonāca pie mums.

B___

Vai:

C. Bērns bija jau *pusaudzis vai gandrīz pieaudzis*, kad viņš nonāca pie mums.

C___

Kāpēc tas ir svarīgi?

Šie ir vispārīgi rezultāti un gaidas, atkarībā no vecuma, kad bērns pirmo reizi ievietots audžuģimenē. Rezultāti var palīdzēt jums definēt jūsu kā audžuvecāku profesionālos uzdevumus. Tie ir vispārīgi un, iespējams, nav attiecināmi uz jūsu situāciju:

A:

Ja jūsu aizgādībā nonāk bērns, kurš ir *jaunāks par 3 gadiem*, bieži viņš ātri atgūsies no problēmām un pieķersies audžuvecākiem tāpat, kā bērni pieķeras saviem vecākiem. Jo jaunāks ir bērns, jo lielāka iespējamība, ka jūs pieķersieties bērnam, un ka bērns jūs uztvers kā vecākus.

Jūsu profesionālais uzdevums būs *audzināt bērnu, tāpat kā to darītu vecāki*.

Bioloģiskajiem vecākiem ir ļoti grūti atdot prom savu bērnu, vai, ja bērns ir tiek atņemts ar tiesas lēmumu.

Jums tas ir jāsaprot, ja vecāki ir greizsirdīgi vai dusmīgi.

B:

Ja jūsu aizgādībā nonāk bērns *no 4 līdz 10 gadu vecumam*, viņš jau ir pieķēries saviem bioloģiskajiem vecākiem, un viņš skaidri apzināsies, ka viņam ir *divas pavisam atšķirīgas ģimenes*. Varbūt pēc dažiem gadiem šis bērns pieķersies arī jums, bet viņam var palikt sajūta, ka viņš ir pamests. Iespējams, bērnam būs

uzvedības problēmas vai citas problēmas, kas radušās agrīnas aprūpes nepietiekamības dēļ. *Jums jābūt atklātam pret bērnu par to, ka viņam ir "divas ģimenes", un jums jābūt gatavam, ka bērna dzīve var būt daudz sarežģītāka – viņa attīstība var būt ļoti lēna, tāpēc esiet pacietīgi.*

C:

Ja jūs savā aizgādībā saņēmtāt bērnu *īsi pirms pubertātes vai vecāku*, jums ir jāsaprot, ka šim bērnam jau ir garš un, iespējams, vilšanās pilns dzīves stāsts ar izjukušām attiecībām. Viņam var būt ilglaicīgas problēmas, ar kurām viņam ir jāsadzīvo, un, iespējams, viņš var justies provocēts ar uzaicinājumu iekļauties vai būt ar kādu tuvās attiecībās. Jums *sevi jāredz kā praktisku vecāku*, kurš palīdz jauniešiem funkcionēt, mācot ikdienas ritmu un kā palīdzēt pašam sev (gatavot, uzkopt, piecelties, pildīt mājas darbus, iet uz skolu). Laba stratēģija ir būt neitrālam, laipnam un stingram, nosakot robežas, un vienmēr gatavam runāt un skaidrot. Fokusējieties uz to, lai palīdzētu sagatavot jauniešus praktiskiem uzdevumiem, ar kuriem viņam būs jātiek galā pašam, pamatot audžuģimeni. Skaidrojiet jauniešiem, kas tas ir jūsu abpusējais uzdevums un iemesls, kāpēc jauniešiem nonācis pie jums.

Iepriekšējā bērna dzīves vieta pirms nonākšanas jūsu aprūpē

Atzīmējiet ar "X" vienu no šīm izvēlēm:

- A. Mūsu audžuģimene ir pirmā bērna dzīves vieta ārpus bioloģiskās ģimenes.
A___
- B. Mūsu audžuģimene bērnam ir otrā ārpusģimenes aprūpes dzīves vieta.
B___
- C. Mūsu audžuģimene bērnam ir trešā (vai vairāk) ārpusģimenes dzīves vieta.
C___

Kāpēc tas ir svarīgi?

Pētījumi un pieredze rāda, jo vairāk dzīves vietas bērns maina, īpaši pirmajos dzīves gados, jo lielākas ir bērnu problēmas uzticēties aprūpētājiem un citiem cilvēkiem, pieķerties viņiem un mācīties no ilgtermiņa attiecībām. Tātad, ja jūsu audžuģimene ir pirmā bērna ārpusģimenes dzīves vieta, jūs varat cerēt uz labāku attīstīšanos. Ja bērns pieredzējis biežu aprūpētāju maiņu, agrīnas mīlošas aprūpes trūkumu vai abus, jums jābūt gataviem, ka bērnam būs mācīšanās un uzvedības problēmas, kā arī jāsaprot, ka jūs strādājat ar bērnu vai jauniešiem, kurš ir ļoti atpalicis attīstībā. Bērnam, iespējams, daudzus gadus būs nepieciešama liela palīdzība ikdienā, lai funkcionētu.

Bioloģiskie vecāki un viņu attieksme pret audžuvecākiem

Ja jūs zināt par bērna bioloģiskajiem vecākiem:

- A. Vecāki (viens vai abi) mīlēja savu bērnu, bet viņiem tas bija jāatdod. Notika kaut kas, kas liedza viņiem turpmāk rūpēties par bērnu (nāve, nelaimes gadījums, nabadzība, bērns dzimis ārpuslaulībā utt.)
- B. Vecāki ir atkarīgi no alkohola vai narkotikām, ir kāda veida smagas psihiskas saslimšanas vai viņiem ir ļoti haotiska dzīve.
- C. Vai: citu iemeslu dēļ vecāki nekad nav varējuši būt atbildīgi pieaugušie un rūpēties par bērnu.

Kāpēc tas ir svarīgi?

Pētījumi rāda, ka bērni, kuriem ir normāli vecāki (kuri bijuši apstākļu spiesti ļaut kādam citam rūpēties par viņu bērnu), audžuģimenē attīstās labāk. Normāli vecāki daudz saprotošāk pieņem audžuģimeni un sadarbojas, kā arī bērns audžuģimenē aug labāk, jo viņš pieredzējis pienācīgu aprūpi jau kopš dzimšanas.

Disfunkcionālu vecāku bērniem ir vairāk problēmas (dažas pat no grūtniecības, kā piemēram, alkohola ietekme uz smadzenēm) nepietiekams agrīnās aprūpes dēļ. Disfunkcionālas ģimenēm ir daudz lielākas problēmas vienoties un sadarboties ar audžuģimeni.

Tas, cik daudz jūs varat darīt kā audžuvecāki, ir atkarīgs no tā, cik labi bioloģiskie vecāki rūpējās par bērnu, pirms viņš nonāca jūsu aprūpē.

Apskatiet savus rezultātus. Ja jums ir trīs "A", jūs visticamāk varēsiet iekļaut bērnu savā ģimenē un bērns attīstīsies normāli. Ja jums ir trīs "C", jums jāsaprot, ka šis visticamāk būs izaicinošs uzdevums. Jūs sagaida bērna lēna attīstība un, ja iespējams, jums jāsaņem supervīzija un profesionāls atbalsts no varas iestādēm. Ja tas nav pieejams, jums jāmēģina sazināties ar citām audžuģimenēm, kolēģiem vai draugiem, lai jums būtu kāds ar ko parunāt par to, kā ir būt audžuvecākam. Tas jums palīdzēs.

Jūsu domas par bērnu audžuģimenē un jūsu gaidas

Lūdzu, pieraksties savas domas pēc tam, kad atbildēsiet uz šiem apgalvojumiem:

Manas domas: vai bērns manā aprūpē ir ar sarežģītu pagātnei vai pavisam veselīgs bērns?



Manas domas: Vai es varu sagaidīt normālu bērna attīstību, vai arī man jābūt ļoti pacietīgam?

Pēc šī bērna apraksta:

**NĀKAMAJĀS LAPĀS JŪS VARAT AIZPILDĪT NOVĒRTĒŠANAS ANKETU, PADOMĀT PAR REZULTĀTIEM UN
VEIDOT SAVU DARBA PLĀNU**



Jūsu kā audžuģimenes sociālo attiecību kartēšana

Pēc tam, kad esat apskatījuši bērnu jūsu aprūpē esošo bērnu un sapratuši savus pamatuzdevumus kā audžuvecākiem, sekojošie jautājumi palīdzēs jums izveidot savu sociālo attiecību karti.

Pētījumi rāda, ka audžuģimenes sociālās attiecības (lielums un kvalitāte) ir ļoti nozīmīgas tam, cik labi ir audžuvecāki, un kādā mērā attīstās audžubērns. Pēc tam, kad būsiet atbildējuši uz jautājumiem, jūs varat padomāt un diskutēt par to, kā uzlabot savas sociālās attiecības. Šis mācīšanās process palīdzēs jums iegūt balansu kā audžuvecākiem, un veidos jūs par daudz mierīgākiem un priecīgākiem aprūpētājiem.

Lūdzu, izmantojiet šo skalu, lai atbildētu uz jautājumiem:

KĀ SKAITĪT PUNKTUS:

Kad atbildat uz jautājumiem, jums jābūt reālistiskam un godīgam – anketa ir paredzēta jūsu lietošanai.

Uz katru no apgalvojumiem jūs varat pieskaitīt 0-6 punktus.

- 0 - *“nekad/ neviens”*
- 1 - *“gandrīz nekad/ pāris”*
- 2 - *“reti/ dažī”*
- 3 - *“reizēm/ vairāki”,*
- 4 - *“lielākoties/ liela daļa”,*
- 5 - *“gandrīz vienmēr/ gandrīz visi”*
- 6 - *“vienmēr/ visi/ pilnībā”*

X lietojiet, ja “Es nezinu” vai “Man nav šāda veida attiecības”

Šeit ir apgalvojumi:

Attiecības starp audžvecākiem un “darba devēju”.

1. Mēs pazīstam bērna sociālo darbinieku un reizēm mēs tiekamies vai runājam ar viņu par bērnu.
Mēs zinām, ko no mums sagaida, veicot mūsu darbu.

Punkti: _____

2. Mums ir audžģimenes inspektors vai supervizors, ar kuru reizēm mēs tiekamies vai runājam.
Mums ir jēgpilnas sarunas par mūsu darbu.

Punkti: _____

3. Mums ir labas attiecības ar profesionāļiem, ar kuriem mēs varam parunāt, ja mums nepieciešams padoms.

Punkti: _____

4. Profesionāļiem, kuri ir saistīti ar mūsu ģimeni, ir vienots skatījums uz mums kā uz audžģimeni, uz to, kādi ir mūsu kā audžģimenes uzdevumi un to kā, viņuprāt, mums ir jāstrādā.

Punkti: _____

5. Mēs reizēm tiekamies ar citām audžģimenēm, runājam par mūsu bērniem un atbalstām viens otru.

Punkti: _____

Jūsu pārdomas

Lūdzu, uzraksties savas domas pēc pirmo piecu apgalvojumu atbildēšanas:

Manas/mūsu domas par mūsu attiecībām ar “darba devēju”:



Manas/mūsu domas par to kā es/ mēs varam tās uzlabot, ja iespējams:

Attiecības audžuģimenē un attiecības ar bioloģiskajiem vecākiem

6. Manas attiecības ar laulāto draugu ir labas. Ja mums rodas kādas problēmas, mēs varam tās izrunāt un rast risinājumu. Mans laulātais draugs atbalsta mani manā audžuvecāka darbā. (Vai arī, audžuvecāki, kuri ir vieni paši: Būt par vienīgo audžuvecāku padara mani nozīmīgu. Man ir labs draugu un radnieku sociālais tīkls, ar kuriem es varu aprunāties)

Punkti: _____

7. Man ir pieredze kā būt par audžuvecāku un es jūtos pārliecināts par to, kā es strādāju ar bērnu. Pat ja es par kaut ko šaubos, es ticu, ka mēs atradīsim pareizo ceļu.

Punkti: _____

8. Mūsu pašu bērnu saprot mūsu darbu un pieņem mūsu audžubērnus. Viņi attiecas pret audžubērnu kā pret brāli/māsu.

Punkti: _____

(pieskaities 3 punktus, ja jums nav bērnu, vai tie nedzīvo kopā ar jums)

9. Ar draugiem, radniekiem, kaimiņiem un skolā mēs runājam atklāti, ka bērns ir pieņemts audzināšanā. Turklāt bērns zina, ka augt audžuģimenē nav kauna lieta un tas arī nav degradējoši.

Punkti: _____

10. Bioloģiskie vecāki pieņem faktu, ka bērnam jāaug mūsu audžuģimenē. Viņi nav greizsirdīgi, un viņi sadarbojas. Mēs varam ar viņiem runāt.

Punkti: _____ *(pieskaities 3 punktus, ja jums vispār nav kontaktu ne ar vienu no bioloģiskajiem vecākiem)*

11. Par bērna vecākiem ar bērnu mēs runājam pozitīvi un ar cieņu, pat, ja mēs redzam, ka ir grūti vai pat neiespējami bioloģiskajiem vecākiem rūpēties par savu bērnu, un pat, ja nav nekādu kontaktu ar viņiem.

Punkti: _____

12. Mēs atklāti runāja ar audžubērnu par problēmām, kas saistīta ar "divām ģimenēm", piemēram, kad bērns ilgojas pēc saviem vecākiem vai jūtas pamests. Mēs esam pieņēmuši, ka audžubērns ir bērns, "ar kuru jādalās".

Punkti: _____

Jūsu pārdomas

Lūdzu, uzraksties savas domas pēc atbildēšanas uz apgalvojumiem 6-12:

Manas/ mūsu domas par savstarpējo atbalstu mūsu ģimenē, lai labi veiktu savus audžuvecāku pienākumus:

Manas/mūsu domas par sadarbību ar bioloģiskajiem vecākiem. Domas par to, ka jābūt atklātam pret bērnu par to, ka audžugimene ir dabiska ģimenes forma:



Veids kādā mēs aprūpējam bērnu

13. Mana uzvedība pret bērnu ir paredzama un ritmiska visas dienas garumā. Man rīcība ir konsekventa attiecībā pret bērnu. Es nerīkojos impulsīvi vai pēkšņi nemainu plānus, bet, ja tas ir jādara, vispirms, sagatavoju bērnu pārmaiņām.

Punkti: _____

14. Esmu *iejūtīgs* sadarbībā ar bērnu. Ja es vēlos, lai bērns veic savus ikdienas uzdevumus, es nerājos un nepieprasu. Es skaidroju un esmu elastīgs savās prasībās, pat ja bērns nav priecīgs, ir nomākts, dusmīgs vai agresīvs. Es sabalansēju savas prasības ar bērna emocionālo stāvokli.

Punkti: _____

15. Esmu *pieejams* bērnam, kad viņam nepieciešams mierinājums, saruna vai aizsardzība. Bērnam nav ilgi jāgaida pēc palīdzības, un es, iespēju robežās, atstāju malā citas lietas, ja bērnam nepieciešama mana palīdzība, saruna vai mierinājums.

Punkti: _____

16. Ja bērns ir dusmīgs, agresīvs, nomākts vai bēdīgs, *es nejutos tāpat kā viņš*. Es cenšos just *līdz* bērnam (empātiju, parādīt, ka es saprotu kā viņš jūtas), bet *es nejutu tās pašas emocijas, ko bērns*. (Piemēram, es nerāju bērnu, ja viņš aizvaino mūs vai ir nepaklausīgs, es nekļūstu dusmīgs, kad bērns ir dusmīgs, lielākajā daļā situāciju esmu mierīgs un nosvērts).

Punkti: _____

17. Es bieži runāju ar bērnu par to, kā viņš jūtas un ko viņš domā, kā arī praktizēju to tā, lai bērns mācās saprast citu sajūtas un domas. Piemēram, "Ko tu domā par to, ka dzīvo pie mums?" "Kāpēc tu domā, ka citi bērni bija dusmīgi uz tevi?" "Kā šodien jūtas tavs lācītis/lelle. Vai tas/tā ir dusmīgs, priecīgs vai noskumis? Vai es viņam patīku?" utt.

Punkti: _____

18. Ja man ar bērnu ir strīds, *es nekad neatstāju situāciju neatrisinātu*. Es turpinu strādāt līdz brīdim, kamēr starp mums atkal ir balanss, un mēs varam koncentrēties uz praktisku ikdienas dzīvi. Mēs vēl joprojām varam viens otram nepiekrīst, bet bērns zina, ka cilvēkiem var būt atšķirīgi viedokļi, bet neskatoties uz to, viņiem var būt saskanīgas attiecības.

Punkti: _____



19. Ja bērna uzvedība ir problemātiska, es cenšos saprast problēmu saistībā arī ar mums pašiem. Mēs pārskatām savu kā aprūpētāju stilu, un jautājam paši sev, vai mūsu pašu uzvedība likusi bērnam rīkoties šādā veidā. Kad mēs ar bērnu runājam par uzvedību, mēs cenšamies izskaidrot mūsu pašu atbildību pret šo situāciju.

Piemēram: *“Man žēl, ka es dusmojos uz tevi. Man nevajadzēja atstāt tevi vienu ar sērkokociņiem, jo tu neesi pietiekami vecs, lai pats rīkotos ar uguni, man tas bija jāzina. Sērkokociņi var būt bīstami un tev ar tiem jārikojas ļoti uzmanīgi.”*

Mēs rīkojamies šādi, tā vietā, lai rātu bērnu vai dusmos uz viņu.

Punkti: _____

20. Bērnam ir skaidras attiecības ar vienu vai abiem audžuvecākiem: bērns zina, kurš par ko ir atbildīgs, un kā bērns var saņemt palīdzību no katra no audžuvecākiem.

Punkti: _____

Jūsu pārdomas

Lūdzu, uzraksties savas domas pēc atbildēšanas uz apgalvojumiem 13-20:

Manas/mūsu domas par to, kādā veidā mēs attiecamies pret audžubērnu un kādas ir mūsu attiecības:

Manas/mūsu domas par to, kā es/mēs varam to uzlabot, ja iespējams:

Bērna sociālais tīkls un mūsu profesionālais tīkls

21. Bērnam ir sociālas attiecības kā draudzība vai rotaļu biedri, vai arī viņš ir iekļauts kādā vienaudžu grupā (piemēram, kādā sporta komandā). Bērns jūtas piederīgs vienaudžu grupai, un audžuvecāki atbalsta bērna sociālo attiecību veidošanu.

Punkti: _____ (ja bērns ir jaunāks par 2 gadiem, pieskaities 3 punktus)

22. Bērns nav pārāk vientuļš. Bērns nav pārāk agresīva savā uzvedībā pret citiem. Citi bērni viņu pieņem, un viņš ir iemācījies, kā kontaktēties ar citiem bērniem.

Punkti: _____ (ja bērns ir jaunāks par 2 gadiem, pieskaities 3 punktus)

23. Audžuvecākiem ir labas attiecības un sadarbība ar bērna dienas aprūpes atbildīgajiem profesionāļiem bērnudārzā, skolā, brīvā laika pulciņos vai citiem. Mēs esam viņus informējuši par bērna iespējamajām problēmām, un viņi atbalsta mūsu kā audžuvecāku darbu.

Punkti: _____ (ja bērnam nav šāda veida attiecības, pieskaities 3 punktus)

Jūsu pārdomas

Lūdzu, uzraksties savas domas pēc atbildēšanas uz apgalvojumiem:

Manas/mūsu domas par bērna iesaistīšanu vienaudžu grupā:

Manas/mūsu domas par sadarbību ar bērnudārza audzinātāju, klases audzinātāju vai citu profesionāli:

NĀKAMAJĀ LAPĀ PIERAKSTIES UN SASKAITIET VISUS PUNKTUS.



Ja uz kādu no jautājumiem atbildējāt ar "X", pierakstiet arī "X" punktu skaitīšanas tabulā.

<u>Apgalvojums</u>	<u>Jūsu unkti</u>	<u>Apgalvojums</u>	<u>Jūsu unkti</u>
1:	_____ punkti	13:	_____ punkti
2:	_____ punkti	14:	_____ punkti
3:	_____ punkti	15:	_____ punkti
4:	_____ punkti	16:	_____ punkti
5:	_____ punkti	17:	_____ punkti
6:	_____ punkti	18:	_____ punkti
7:	_____ punkti	19:	_____ punkti
8:	_____ punkti	20:	_____ punkti
9:	_____ punkti	21:	_____ punkti
10:	_____ punkti	22:	_____ punkti
11:	_____ punkti	23:	_____ punkti
12:	_____ punkti		

Kopā: _____ punkti

Lūdzu, izdaliel savu kopējo punktu summu ar 23.

*Svarīgi: Ja uz kādu no apgalvojumiem atbildējāt ar "X", kopējo punktu skaitu izdaliel ar tādu skaitli, kas atbilst **apgalvojumu skaitam, kuriem pieskaitījāt punktus**. Piemēram, ja jūs divreiz atbildējāt ar "X", daliel punktu kopējo summu ar 21 nevis 23.*

Vidējais punktu skaits (visu apgalvojumu punktu kopsomma dalīta ar atbildēto apgalvojumu skaitu)

_____ punkti



Sniedzot audžubērnām drošu pamatu

Vidējais punktu skaits *nepasaka* vai jūsu darbs ir “labs” vai “slikts”. Tas tikai jums atklāj, vai jums ir *labā sociālā platforma*, kas nodrošina jums labus darba apstākļus kā audžuvecākiem.

Ja jums kādā apgalvojumā ir zemi rādītāji, jūs varat strādāt, lai to uzlabotu.

- **Ja jūsu vidējais punktu skaits ir 5 un vairāk:**

Šādai audžuģimenei ir nepieciešamā platforma, lai audžubērnām sniegtu drošu pamatu.

Kopumā jums ir laba bāze jūsu darbam kā profesionālam aprūpētājam. Tas nozīmē, ka visticamāk bērns laika gaitā iemācīsies justies droši un sāks pētīt, spēlēt un mācīties. Jūs varat apskatīt vēlreiz novērtēšanas anketu un padomāt par to, ko jūs varētu attīstīt tālāk. Jūs varat gūt iedvesmu, apskatot FAIRstar apmācību programmu.

Sociālais darbinieks/supervīzors/inspektors: Jūsu darbs šajā ģimenē būs atbalstīt audžuvecākus tajā, ko viņi jau dara. Apskatiet vēlreiz novērtēšanas anketu un veidojiet dialogu par to, ko jūs domājat. Sniedziet ieteikumus, iedvesmu un idejas.

- **Ja jūsu vidējais punktu skaits ir 3,0 līdz 4,9:**

Lietu kārtība audžuģimenē ir pieņemama, bet jums būtu jāpārskata novērtēšanas anketa un jāizlemj, kuras jomas jūs vēlaties uzlabot. Iespējams, jūs prasības pret sevi ir pārāk augstas, un jums ir pārāk lielas gaidas bērna attīstības tempam. Vai arī, iespējams, jūsu sociālais tīkls ir ierobežots vai arī ir kādi konflikti. Šajā gadījumā sāciet runāt ar citiem, izrādiet savu interesi un mēģiniet būt atvērtāks par to, ka jūsu ģimenē ir audžubērns.

Sociālais darbinieks/supervīzors/inspektors: Apskatiet novērtējuma anketu, atrodiet pozitīvas atbildes un pasniedziet tās kā resursu jomas. Jums jāklausa un jābūt gatavam uz neapmierinātību. Saglabājiet mieru un esiet praktisks, un fokusējieties uz reālistiskiem mērķiem un uzdevumiem.

- **Ja jūsu vidējais punktu skaits ir 0 – 2,9:**

Ir redzams, ka jūsu sociālais tīkls nav pārāk spēcīgs, jūsu darba veikšanai. Jūs iespējams jūtat stresu vai izdegšanu. Šajā situācijā var būt daudzas brīdinošas situācijas. Jums vajadzētu meklēt atbalstu un izstāstīt savam inspektoram un citiem par to. Iespējams, jūsu gaidas ir pārāk augstas, vai, iespējams, jūsu darba attiecības nav pietiekamas, un jūsu kā audžuģimenes dzīve ir pārāk izolēta. Audžubērns to jutīs un var uz to reaģēt nedroši, izrādot problemātisku uzvedību. Ja jūs piedzīvojat stresu, ir grūti nodrošināt labu aprūpi, tāpēc pajautājiet sev, kā jūs varat atbrīvoties no stresa, uzlabojiet savas kā audžuvecāka sociālās attiecības un meklējiet palīdzību un dialogu pie citiem.

Sociālais darbinieks/supervīzors/inspektors: Šai audžuģimenei ir nepieciešams aktīvs dialogs un atbalsts. Jums jābūt ļoti atbalstošam attiecībā uz audžuvecākiem. Definējiet mazus “soli pa solim” mērķus, lai



uzlabotu situāciju, iedrošiniet viņus un bieži ar viņiem runājiet. Jūs varat palīdzēt ģimenei uzlabot sociālo tīklu un palīdziet risināt radušos konfliktus, kā piemēram, nesaskaņas starp audžuģimeni un skolu vai citas attiecības.

Iespējams, jums jāapsver cita audžuģimene bērnam. Pastāv risks, ka ne audžuvecāki, ne bērns nepilnveidojas esošajos apstākļos.

Izveidojiet rakstisku plānu kopā ar audžuģimeni, lai risinātu specifiskas problēmas vai arī, lai uzlabotu situāciju soli pa solim, sekojiet līdzi plāna ieviešanai un atbalstiet šo ģimeni.

Dialogs un novērtēšanas anketas rezultātu izmantošanas plānošana

Anketas vidējie punkti var sniegt jums ideju par jūsu kā audžuvecāku platformas kvalitāti. Bet daudz nozīmīgākas ir jūsu domas un lēmumi par aprūpes uzlabošanu.

Pētījumi rāda, ja jums ir kāds, ar ko parunāt par to, kā ir būt audžuvecākam, audžubērnu aug daudz labāk un jūtas daudz drošāki. Ja audžuvecāki ir izolēti, bērnam var būt vairāk problēmas, un daudzas audžuģimenes izjūk šo problēmu dēļ.

Labākais veids, kā uzlabot jūsu darbu, ir runāt par savām pārdomām, problēmām, izaicinājumiem un plāniem. Problēmas, kas izskatās bezcerīgas šobrīd, bieži pakāpeniski tiek atrisinātas, ja jums ir profesionālis, kas jūs vada un ar kuru jūs varat aprunāties.

Zemāk aprakstīto konceptu jūs varat izmantot sev vai kopā ar savu laulāto draugu, dialogā ar inspektoru vai supervīzoru vai uzticamu draugu.

Jums būs nepieciešama telpa, kurā jūs neviens netraucēs stundas garumā (un, iespējams, tēja vai kafija).

Pasakiet otrai personai, ka sākumā vēlaties, lai viņš/viņa jūs uzklausa bez pārtraukšanas un pēc tam izstāsta, ko viņš domā par to, ko jūs teicāt. Iespējams, jūsu sarunu biedram būs kādi ieteikumi.

1. Izklāstiet savas domas par **savām attiecībām ar profesionāļiem** (apgalvojumi 1-5). Kas ir labi, kam nepieciešami uzlabojumi, kā, jūsuprāt, jūs varat ar to strādāt, un kur jums nepieciešami sarunu biedra ieteikumi un padoms. Pierakstiet īsas tēzes, kamēr runājat par svarīgākajām domām un idejām.
2. Izklāstiet savas domas par **attiecībām audžuģimenē un attiecībām ar bioloģiskajiem vecākiem** (apgalvojumi 6-12). Diskutējiet par to, kas ir labs un kam nepieciešami uzlabojumi, utt., līdzīgi kā iepriekš.
3. Izklāstiet savas domas par **veidu kādā jūs rūpējaties par bērnu** (argumenti (13-20).
4. Izklāstiet savas domas par **bērna sociālo tīklu un jūsu profesionālo tīklu** (apgalvojumi 21-23).

Jūsu darba plāna un laika grafika veidošana

Jūs, iespējams, esat izrunājuši daudz un dažādas lietas – aprūpe audžuģimenē ir komplekss pasākums! Tas var būt nedaudz mulsinoši izlemt, ar ko sākt, lai uzlabotu un attīstītu savu darbu.

Šobrīd svarīgi, lai jūs apskatiet četras apspriestās jomas “no augšas” un izvēlaties **tikai vienu** jomu, kuru jūs **fokusēsities turpmākā mēneša laikā, lai uzlabotu savu darbu.**

Jums jāizvēlas kaut kas tāds, kam ir iespēja gūt panākumus, un kur esat ieguvis labu ieteikumu, kā to izdarīt. Un jums skaidri jāapraksta, ko jūs darīsiet.

Piemēram, uzrakstīt “Es vēlos kļūt labāks audžuvecāks!” vai “Es vēlos uzlabot tīku!” nav laba ideja. Uzlabojumi nāk ar mazām pārmaiņām tajā, ko dariet.

Uzrakstiet, piemēram: “Es sākšu ar to, ka rīt aprunāšos ar klases audzinātāju par bērna grūtībām ar mājas darbiem, un jautāšu, ko es varu darīt, lai bērnu atbalstītu. Iespējams, es arī varu atrast veidu, kā runāt par bērna bailēm no neizdošanās. To es darīšu rīt un vēlāk redzēšu, vai tas mainīs mana bērna negatīvo attieksmi pret mājas darbiem.”

Vai:

“Es aprunāšos ar savu laulāto draugu par to, ka, manuprāt, mēs dienas laikā pārāk daudz strīdamies. Tas padara audžuģimeni nedrošu, tāpēc, iespējams, mēs to varētu darīt vakaros, kad bērns ir aizmidzis un risināt mūsu problēmas klusām. Es savam laulātajam draugam pagatavošu jaukas vakariņas, lai radītu vidi, kurā es to varētu piedāvāt.”

Vai:

“Kā audžutēvs es domāju, ka mūsu audžubērns reizēm ir hiperaktīvs. Viņam katru dienu būtu jāveic daudz sportiskās aktivitātēs, tāpēc es viņu aizvedīšu uz kādu futbola komandu vai sākšu katru pēcpusdienu ar viņu kopā skriet.”

Vai:

“Iespējams, es reizēm esmu pārāk skarbs pret bērnu, tāpēc, ka es baidos no tā, ko viņš varētu izdarīt. Es centīšos būt daudz iekļūtīgāks, kad runāšu ar viņu un piedāvāšu viņam palīdzēt man gatavot vakariņas tā vietā, lai visu laiku būtu aizkaitināts.”

Vai:

“Izskatās, ka esmu pārāk vientuļš un cenšos visas problēmas atrisināt vienatnē. Tas ir padarījis mani nedaudz nomāktu.

Patiesībā man vajadzētu parunāt ar manu inspektoru/supervīzoru par to, ko es daru, tāpēc man būtu viņai/viņam jāpiezvana un jāuzstāj, ka man ir lietas, par ko es vēlētos padiskutēt. Es sākšu ar viņas darba uzslavēšanu, lai viņa nejostos aizvainota.”