



INSTITŪCIJAS NOSAUKUMS UN ADRESE:

INSTITŪCIJAS VADĪTĀJS:

INSTRUKTORA VĀRDS:

UZSĀKŠANAS DATUMS:

---

## Droša pamata modeļa novērtējuma anketa Instruktoriem

ŠIS INSTRUMENTS PAREDZĒTS, LAI NOVĒRTĒTU APRŪPES KVALITĀTI PRAKSĒ PIRMS UN PĒC *FAIR START* APMĀCĪBU PROGRAMMAS

NOVĒRTĒJUMA ANKET SNIEDZ JUMS IESKATU PAR:

IKDIENAS PROFESIONĀLĀS BĒRNU APRŪPES KVALITĀTES PRAKSI INSTITŪCIJĀ

NOVĒRTĒJUMA ANKETA:

- IDENTIFICĒ BĒRNU APRŪPES KVALITĀTI
- PALĪDZ JUMS IDENTIFICĒT LIELĀKOS APMĀCĪBAS PROGRAMMAS MĒRĶUS
- SNIEDZ IEROSINĀJUMUS KĀDS JŪSU KĀ INSTRUKTORA DARBĪBAS STILS SNIEGS LIELĀKO IEGULDĪJUMU APMĀCĪBU PROGRAMMAS EFEKTIVITĀTEI



## DPM novērtēšanas anketa: Ikdienas aprūpes prakses izvērtēšana

### Novērtēšanas anketas nolūks

Novērtēšanas anketas nolūks ir palīdzēt jums kā instruktoram gūt vispārēju ieskatu bērnu aprūpes ikdienas prakses kvalitātē institūcijā, kurā strādājat.

Novērtēšanas anketas rezultāti var palīdzēt identificēt darbības jomas, kuras nepieciešams uzlabot: Kā jūs varat definēt to, kādā veidā jūs un jūsu kolēģi ikdienā rūpējas par bērniem? Uz ko jums vajadzētu fokusēties, lai attīstītu profesionālu teoriju un praksi?

FAIRstart apmācību programmas procesā jūs varat fokusēties uz tiem darba punktiem, ko esat identificējuši kā nozīmīgus pēc šīs novērtēšanas anketas rezultātiem.

*Kad apmācību programma ir pabeigta, lūdzu aizpildiet novērtēšanas anketu atkāroti, lai redzētu, kas mainījies jūsu vērtējumā.*

### Bērnu aprūpes attīstības resursi un jomas

Ar anketā iekļautajiem jautājumiem jūs varat izveidot novērtēšanas anketu institūcijai par:

- *Esošo fiziskās stimulācijas apjomu, īpaši maziem bērniem un zīdaiņiem.* Ja mazi bērni un zīdaiņi netiek fiziski stimulēti katru dienu (kā to darītu māte), viņi lēnāk aug, bieži slimos un viņiem būs gremošanas traucējumi (pat, ja tiek nodrošināta laba pārtika).
- *Drošas aprūpes stila līmeni.* Aprūpētājiem bieži jābūt mijiedarbībā ar bērnu, jārunā ar tiem un jāspēlējas. Aprūpētāji nedrīkst kliegt vai dusmoties uz bērniem, viņiem jāmierina bērni, kad viņi ir satraukti vai nobijušies.
- *Ilglaicīguma apjomu sociālajās attiecībās starp bērnu un darbiniekiem.* Lai mācītos sociālās prasmes turpmākai dzīvei un justos droši, bērniem nepieciešami daži patstāvīgi aprūpētāji, kuri pilda vecāku pienākumus. Ja aprūpētāji bieži mainās, bērni kļūst nedroši un neattīstās.
- *Ilglaicīguma apjomu sociālajās attiecībās starp bērniem.* Bērniem ir nepieciešamība piederēt grupai un mācīties labas attiecības ar citiem bērniem. Tas māca viņiem, kā būt par atbildīgiem grupas biedriem, kad viņi izaugs.
- *Ģimenei līdzīgas grupas organizētības apjomu. (The degree of family-like group organization.)* Aprūpētājiem jābūt kā vecākiem, un bērniem ir jābūt sajūtai, ka citi bērni, kas atrodas institūcijā, ir kā brāļi un māsas.
- *Bērnu pozitīvas sociālās identitātes veidošanas atbalsta apjomu.* Bērniem, kuri atrodas institūcijā, jābūt sajūtai, ka viņi ir lepni par to, kas viņi ir. Pieaugot viņi saskarsies ar daudz aizspriedumiem, jo viņiem nav ģimenes, un viņiem ir jājūt, ka institūcijas darbinieki un citi bērni ir viņu ģimene.



Anketas apgalvojumu novērtēšana, sniegs jums vispārēju ideju par esošā darba un resursu kvalitāti, Tāpat jūs varēsiet to izmantot, plānojot, ko uzsvērt FAIRstart apmācību programmas nodarbībās. Tēmas, ko novērtēsiet anketā ir iekļautas dažās no apmācības nodarbībām. Jums jāvērtē pēc jūsu pašu novērojumiem institūcijā, nevis pēc tā, ko citi saka, ko viņi dara.

Institūcijas vadītājam jāaizpilda līdzīga novērtēšanas anketa, kas saistīta ar institūcijas gatavību iesaistīties FAIRstart apmācību programmā. Ieteicams institūcijas vadītājam palīdzēt to aizpildīt, piemēram, intervējot viņu par anketā iekļautajiem jautājumiem.

Kad esat ieguvis atbildes uz abu anketu jautājumiem, iesakām konsultēties ar institūcijas vadītāju, kādiem uzlabojumiem būtu jāpievērš lielāka uzmanība nodarbību laikā. Lūdzu, ierakstiet šo diskusiju video vai audio formātā; to jūs varēsiet izmantot pēc FAIRstart apmācību noslēguma.

## Apmācību procesa lomas un pienākumi

*Institūcijas vadītāja atbildība ir radīt praktisku apmācību ietvaru un nodrošināt praktisko darbu starp sesijām. Tāpat vadītāja atbildība ir veicināt sadarbību starp darbiniekiem un starp darbiniekiem un instruktoru.*

*Kā instruktoram, jūsu atbildība ir sagatavot un vadīt apmācību nodarbības, un sniegt atbalstu praktiskajos uzdevumos starp nodarbībām (vai palīdzēt institūcijas vadītājam uzraudzīt starp nodarbību praktisko darbu, ja uzskatāt, ka vadītājs var to izdarīt)*

13. nodarbībā jūs kopā ar institūcijas vadītāju, izmantojot šo novērtēšanas anketu, novērtēsiet, kas ir uzlabojies aprūpes nodrošināšanas kompetencēs apmācību laikā un prakses attīstībā?

Nākamajā lapā ir anketas jautājumi. Lūdzu, atbildiet uz tiem pēc jūsu personīgajiem novērojumiem, un uzņemiet īsus (30-60 sekunžu) video par esošo praksi, ko novērtējat. Jūs varat izmantot vide kameru vai savu mobilo telefonu.

Saglabājiet uzņemtus video materiālus datorā. Kad apmācības būs noslēgušās, jūs varat atkārtoti nofilmēt tās pašas situācijas.

Pēc apmācību noslēguma jūs varat parādīt sākotnēji uzfilmēto un arī jaunus video, un diskutēt par to, kas ir uzlabojies:

“Tas ir kā jūs agrāk aprūpējāt bērnus un šis, kā jūs darāt to šobrīd. Kas ir labāk tajā, kā ir tagad, salīdzinot ar to, kā tas bija pirms tam? Kā jūs varat apliecināt, ko esat sasnieguši kā profesionāļi?”

Instruktoru uzņemtie video materiāli var tikt izmantoti kā apmācību materiāli tiešsaistes FAIRstart apmācību programmā. Tie var kalpot kā labas aprūpes prakses piemēri.



## Instruktora novērtēšanas anketa

Kad veicas savu izvēli, nemēģiniet sniegt "pareizās" atbildes. Padomājiet par atbildi vai arī ejiet un novērojiet to, kā tas notiek patiesībā.

Novērtējiet katru apgalvojumu no 0-6, kur:

- 0 - "Nekad", "Neviens"
- 1 - "Ļoti reti", "Ļoti maz"
- 2 - "Reti", "Maz"
- 3 - "Reizēm", "Lielākā daļa cilvēku", "Varbūt"
- 4 - "Lielākoties", "Vairākums", "Iespējams"
- 6 - "Vienmēr", "Visi", "Noteikti jā"
- X - "Man nav/trūkst informācijas"

### Pamatinformācija:

### Šobrīd institūcijā esošo bērnu vecums un vispārējais raksturojums

Kāds ir pilna laika darbinieku skaits uz cik bērniem? \_\_\_\_\_

Kāds ir nepilna laika darbinieku skaits vai aizvietotāju skaits? \_\_\_\_\_

Cik bērni uzturas institūcijā? \_\_\_\_\_

Cik bērni bija jaunāki par 2 gadiem, kad tika uzņemti institūcijā? \_\_\_\_\_

Cik bērni uzņemti institūcijā vecumā no 3-11 gadiem? \_\_\_\_\_

Cik bērni bija vecāki par 12 gadiem, kad tika uzņemti institūcijā? \_\_\_\_\_

Sekojošie 3 jautājumi nav jāvērtē ar skalu no 0-6. Tie domāti, lai sniegtu ideju, cik nopietnas bija bērniem pirms viņi nonāca institūcijā. Tas var palīdzēt turpmākā darba plānošanā.

Daudzi no bērniem saskārušies ar fizisku atstāšanu novārtā, vardarbību vai pāri darījumiem pirms nonākšanas institūcijā. Jūsprāt, cik daudzi no viņiem? \_\_\_\_\_

Daudzi no bērniem ir pārāk mazi savam vecumam, viņiem ir zems ķermeņa svars, un/vai mazs galvas apkārtmērs, salīdzinot ar vecumu, kad viņi nonāca institūcijā. Cik daudzi? \_\_\_\_\_



Daudzi no bērniem, kad nokļūva institūcijā, monotoni šūpojās, bieži skrāpēja sevi, sita galvu pret sienu, raudāja vai radīja monotonas skaņas, nemēģinot veidot kontaktu vai saņemt aprūpi. \_\_\_\_\_

## Stimulācijas prakse, aprūpes prakse un sociālo attiecību veidošana

1. Bērni vecumā no 0-2 gadiem savas gultas izmanto tikai nakts miegam, izņemot īsu diendusu. Viņi gultā atrodas tikpat ilgi kā bērni, kas dzīvo ģimenēs.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

2. Bērni guļ šūpulītī, šūpuļtīklā vai uz matrača. Viņi redz, kas notiek apkārt no savas guļvietas.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

3. Mazi bērni bieži tiek nesti apkārt, vai kādā citā veidā dienas laikā saņem regulāru fizisku kontaktu no aprūpētājiem.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

4. Mazi bērni dienas laikā bieži saņem masāžu vai apskāvienus.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

5. Mazie bērni atrodas aprūpētāja klēpi krūts barošanas pozīcijā, kad tiek baroti. Bērni netiek baroti atrodoties gultā, viņi tiek izcelti no gultas, lai tiktu pabaroti un aprūpētāji pavada daudz laika to darot.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

6. Kad aprūpētāji rūpējas par maziem bērniem, viņi bieži runā ar tiem paralēli uzturot fizisku kontaktu; aprūpētāji skaidri izrāda emocijas. Aprūpētāji bieži cenšas pievērst bērna uzmanību.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

7. Ja bērns raud vai savādākā veidā izrāda, ka viņam nepieciešama aprūpe, aprūpētāji nekavējoties uz to reaģē, un cenšas mierināt bērnu.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

8. Aprūpētāji nevalkā formas apģērbu – viņi ģērbjas savās personīgajās atšķirīgās drēbēs, lai bērni varētu viņus atšķirt.



**Punkti:** \_\_\_\_\_

9. Mazie bērni bieži darbojas uz grīdas. Aprūpētāji bieži sēž uz grīdas kopā ar bērniem, atbalsta viņu aktivitātes un iedrošina bērnu pētīt.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

10. Uz grīdas atrodas rotaļlietas un citi priekšmeti, ar ko bērni var eksperimentēt. Bērni tiek iedrošināti to darīt, un aprūpētāji palīdz to izdarīt.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

11. Uz sienām atrodas daudz objekti, ornamentu, zīmējumi, dekorācijas, lai stimulētu bērnu ziņkāri.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

12. Aprūpētāji bieži šūpo mazos bērnus turot rokās vai gaisā, lai viņi smietos.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

13. Bērniem ir iespēja stimulēt līdzsvaru, kā piemēram, šūpoles, šūpuļtīkli, karuseļi, virves u.c. Bērni tos regulāri tos izmanto un tiek iedrošināti tos izmantot.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

14. Dienas laikā jūs bieži dzirdat bērnus guginam un smejamies.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

15. Katram bērnam (īpaši mazajiem bērniem) ir viens vai divi aprūpētāji, kuri dienas laikā ir kopā ar bērnu, ilgā laika periodā:

*pieskaitiet 6 punktus, vai*

Trīs vai četri aprūpētāji dienas laikā:

*pieskaitiet 4 punktus, vai:*

Vairāk nekā četri aprūpētāji dienas laikā;  
vai arī tikai daži aprūpētāji nelielu laiku  
(mazāk kā divus mēnešus):

*pieskaitiet 0 punktus*

**15. jautājuma punkti:** \_\_\_\_\_

16. Personīgās attiecības starp aprūpētāju un bērniem tiek novērtētas un iedrošinātas.



**Punkti:** \_\_\_\_\_

17. Katram bērnam ir viens aprūpētājs, kurš par bērnu zina vislabāk un ir atbildīgs par bērnu.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

18. Aprūpētāji iedrošina un atbalsta ilglaicīgas attiecības starp bērniem, kā piemēram, draudzību un aktivitātes, kas atbalsta bērnu savstarpējās attiecības.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

19. Bērni pieder vienai un tai pašai grupīnai visu savu uzturēšanās laiku institūcijā (izņemot zīdaiņi un pusaudži).

**Punkti:** \_\_\_\_\_

20. Bērnu istabām ir atsevišķi nosaukumi un ornamentu (nevis: "A nodaļa, korpuss C"). Bērni piedalās radot individuālas atšķirīgas iezīmes istabām (nosaukums, dekorācijas, krāsa utt.)

**Punkti:** \_\_\_\_\_

21. Aprūpētāji pret bērniem izturas iekļūstīgi. Viņi pielāgo savu uzvedību un ņem vērā bērna emocionālo stāvokli.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

22. Aprūpētāji vispārīgā nozīmē ir pieejami bērniem: ja bērns signalizē par nepieciešamību palīdzēt, aizsargāt vai mierināt, aprūpētāji uz to reaģē samērā ātri.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

23. Caregivers remain kind and calm even if children become angry, hysterical, sad or stressed. They do not feel like the child. If children are in conflict caregivers can be firm, but remain calm and kind.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

24. Aprūpētāji bieži runā ar bērniem par to, ko bērni domā un kā jūtas, un kā bērni domā, ko citi domā un kā jūtas.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

25. Bērniem ir nelieli mājas darbi un noteikumi, kam jāseko, lai viņiem būtu sajūta, ka viņiem ir sociāla funkcija un ka viņu ieguldījums tiek novērtēts no aprūpētāju puses.



**Punkti:** \_\_\_\_\_

26. Bērni reizēm atrodas ārpus institūcijas; viņi zina apkārtējo vidi un viņiem ir kontakts ar cilvēkiem ārpus institūcijas.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

27. Bērnam ir tiesības uzaicināt ciemos uz institūciju kādu, kuru viņš pazīst ārpus institūcijas. Daži bērni dara to regulāri.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

28. Bērni piedalās aktivitātēs ārpus institūcijas.

**Punkti:** \_\_\_\_\_

Kad esat novērtējuši visus jautājumus, saskaitiet visus punktus kopā un izdaliel ar kopējo jautājumu skaitu.





**Kopējais punktu skaits - lūdzu, saskaities visos jautājumos iegūto skaitļu summu:**

- |                  |                  |                  |
|------------------|------------------|------------------|
| 1. _____ punkti  | 11. _____ punkti | 21. _____ punkti |
| 2. _____ punkti  | 12. _____ punkti | 22. _____ punkti |
| 3. _____ punkti  | 13. _____ punkti | 23. _____ punkti |
| 4. _____ punkti  | 14. _____ punkti | 24. _____ punkti |
| 5. _____ punkti  | 15. _____ punkti | 25. _____ punkti |
| 6. _____ punkti  | 16. _____ punkti | 26. _____ punkti |
| 7. _____ punkti  | 17. _____ punkti | 27. _____ punkti |
| 8. _____ punkti  | 18. _____ punkti | 28. _____ punkti |
| 9. _____ punkti  | 19. _____ punkti |                  |
| 10. _____ punkti | 20. _____ punkti |                  |

**Kopā \_\_\_\_\_ punkti**

Izdaliet iegūto summu ar 28:

**Vidējais punktu skaits \_\_\_\_\_ Atcerieties: Ja uz kādu no jautājumiem atbildējāt ar "x", kopējo punktu summu daliet par vienu jautājumu mazāk. Piemēram, ja jūs nevarējāt rast atbildi uz diviem no jautājumiem, tad kopējo iegūto punktu summu jums jādala ar 26 nevis ar 28.**



## legūto novērtēšanas anketas rezultātu izvērtējums

### **Ja vidējais iegūtais punktu skaits ir 5 vai vairāk:**

Institūcijai ir ļoti laba bāze, lai uzsāktu FAIRstart apmācību programmu, un iespējams jūs varēsiet īstenot programmu un papildināt esošās profesionālās zināšanas ar jaunām prasmēm praktiskajā darbā. Cilvēki ir motivēti mācīties; jūs jau praksē īstenojat daudz ko, kas veicina bērnu attīstību.

Jūsu kā instruktora funkcija ir nodrošināt kolēģiem apmācību programmu un daudz diskutēt par to, kā FAIRstart programma tiek ieviesta.

Apmācību programma papildinās jūsu jau esošos profesionālos standartus jūsu institūcijā un sniegs jums jaunas perspektīvas teorijai un praksei.

### **Ja vidējais iegūtais punktu skaits ir 3 līdz 4,9:**

Institūcijai ir piemērota bāze, lai uzsāktu apmācību programmu. Tomēr jums jāidentificē tās jomas, kurām jāpievērš papildu uzmanība, un jāstrādā, lai uzlabotu darbinieku darba praksi.

Īstenojot apmācību programmu, jums jāveido pārbaudes punkti, īpaši saistībā ar praktisko uzdevumu izpildi starp nodarbībām programmas laikā. Jums jāsniedz atgriezeniskā saite par lomu un uzdevumu izpildi, lai pārliecinātos, ka visiem ir skaidrs, kas no viņiem tiek sagaidīts.

Tas jā dara īpaši sākuma posmā, līdz darbinieki ir atraduši izglītošanās un prakses rutīnu nodarbībām un praktiskajiem uzdevumiem. Ja kādu no ikdienā ieviestajām praksēm ir grūti mainīt, jums tomēr jāturpina ar nodarbībām pirms tiek kopīgi sasniegts vēlams rezultāts attīstībai.

Programma piedāvās iespēju praktizēt profesionālo attieksmi institūcijā, un uzsākt jaunu un interesantu praksi.

### **Ja vidējais iegūtais punktu skaits 0 - 2,9:**

Jums priekšā ir grūts uzdevums un instruktoram jābūt apņēmības pilnam, lai ar apmācības programmas palīdzību uzlabotu aprūpes nodrošināšanas praksi.

Mēs iesakām vadīt nodarbības ciešā sadarbībā ar institūcijas vadītāju. Noteikt ilgākus laika ierobežojumus programmas ieviešanai un nebaidīties atkārtot nodarbības līdz brīdim, kamēr ir sasniegti mērķi.

Jūsu vadības stilam ir jābūt ļoti atbalstošam, skaidram un praktiskam saistībā ar to, ko vēlaties, lai darbinieki dara. Jānosaka skaidra atbildība – kurš ir atbildīgs par ko, un jānosaka skaidrs laika limits. Esiet pacietīgi un neatlaidīgi ceļā uz ilgtermiņa attīstību.

Institūcijas vadītājam būtu jāpiedalās pirmajā nodarbībā un jāuzrauga praktiskais darbs starp nodarbībām. Institūcijas vadītājam skaidri jānorāda, ka instruktors nav atbildīgs par attīstību; visiem darbiniekiem ir jāatbalsta instruktors. Jums jāsaprot, ka jūsu kā instruktora panākumi ir atkarīgi no vadītāja un darbinieku



atbalsta, un ka jūsu atbildība ir tikai novadīt nodarbības un iedrošināt praktiskajam darbam starp nodarbībām.

Jums jāļauj darbiniekiem mācīties teoriju no galvas, un jānodrošina pārbaudes punktu jautājumu izmantošana, lai izprastu teoriju. Jūs varat izvēlēties atkārtot vai sadalīt dažas nodarbības vai praktiskos uzdevumus, lai nodrošinātu, ka darbinieki saprot teoriju vai pietiekami labi veic praktiskos uzdevumus. Jums jāsniedz ievērojama pozitīvā atgriezeniskā saite ikreiz, kad redzami darbinieku panākumi tajā, ko viņi dara. Darbiniekiem jābūt pilnīgi skaidrībai, kas no viņiem tiek sagaidīts apmācības laikā.

Apmācību programmas izmantošana radīs pamatu profesionālajai attieksmei institūcijā un cels darbinieku pašcieņu un profesionālo lepnumu. Tas radīs redzamus uzlabojumus bērnu aprūpes attīstībā.

## Instruktoru fokusa identificēšana nodarbībām

### Kā izmantot droša pamata modeļa novērtēšanas anketas rezultātus plānošanai:

#### Definējiet trīs mērķus un to veiksmes kritērijus

Ņemiet vērā novērtēšanas anketas rezultātus un izveidojiet sarakstu ar 3 aprūpes nodrošināšanas uzlabošanas punktiem (varbūt tos trīs, kas ieguva viszemāko punktu skaitu), un uzrakstiet plānu, kā jūs varat ar tiem strādāt nodarbību laikā. *Ir svarīgi, lai jūs personīgi identificējat trīs nozīmīgākos šķēršļus profesionāli kvalitatīvākai aprūpei, un kā jūs zināsit, ka darbinieki ir sasnieguši mērķi.* Atcerieties, ka novērtēšanas anketa ir tikai rāmis plānošanai – tam nebūs jēgas bez jūsu darba.

Pirms izdarāt izvēli par trīs vissvarīgākajiem mērķiem, jums jāņem vērā, ka *nevajadzētu izvēlēties tās jomas, kuras ir grūti izmainīt, bet jākoncentrējas uz tām, kur izmaiņas ( kaut arī tikai nelielas ) ir iespējamas.* Tas var būt pašcieņu graužoši gan jums, gan jūsu kolēģiem, ja izvēlēsieties mērķus, kurus ir grūti vai pat neiespējami sasniegt gada vai divu gadu laikā. Ir būtiski, lai visi justu panākumus, veicot pirmos soļus ceļā uz attīstību.

Kad esat noteikuši mērķus, katram no tiem uzrakstiet kritērijus, ar kuru palīdzību gala rezultātā jūs varēsiet konstatēt vai mērķis ir vai nav sasniegts.

Darba procesā ar e-pasta starpniecību jūs varat konsultēties ar transFAIR projekta darba grupu ieteikumiem, sniedziet nelielu savas organizācijas aprakstu, izvirzītos mērķus un problēmjomas, ko vēlaties mazināt.



1. Manas domas pēc novērtēšanas anketas aizpildīšanas:

---

---

---

---

---

---

Tāpēc, pirmais izvirzītais mērķis ir:

---

---

---

---

---

---

Es zināšu, ka problēma ir atrisināta vai mainījušies apstākļi, kad novērošu, ka tiek praktizēts vai notiek sekojošais:

---

---

---

---

---

---

Persona, kura man var palīdzēt to izdarīt un/vai atbalstīt manus centienus ir:

---

---

---

---

---

---

2. Manas domas pēc novērtēšanas anketas aizpildīšanas:

---

---

---

---

---

---



Tāpēc, otrs izvirzītais mērķis ir:

---

---

---

---

---

Es zināšu, ka problēma ir atrisināta vai mainījušies apstākļi, kad novērošu, ka tiek praktizēts vai notiek sekojošais:

---

---

---

---

---

Persona, kura man var palīdzēt to izdarīt un/vai atbalstīt manus centienus ir:

---

---

---

---

---

3. Manas domas pēc novērtēšanas anketas aizpildīšanas:

---

---

---

---

---

Tāpēc, trešais izvirzītais mērķis ir:

---

---

---

---

---

Es zināšu, ka problēma ir atrisināta vai mainījušies apstākļi, kad novērošu, ka tiek praktizēts vai notiek sekojošais:



---

---

---

---

---

---

Persona, kura man var palīdzēt to izdarīt un/vai atbalstīt manus centienus ir:

---

---

---

---

---

---