

**BIJUŠO NOTIESĀTO SOCIĀLĀS REHABILITĀCIJAS UN
INTEGRĀCIJAS SABIEDRĪBĀ KOMPLEKSĀ
PROGRAMMA**

Izstrādātājs
BO “Starptautiskais fonds – Glābšana”

Rīga
2004

Saturs

Saturs.....	2
Ievads.....	3
1. Sociālā rehabilitācija un sociālā integrācija sabiedrībā	6
2. Psiholoģiskās korekcijas programma.....	10
3. Uzvedības korekcijas programma	14
4. Atbrīvošanās no alkohola un narkotiku atkarības programma	19
5. Dzīves prasmju apguves programma	26
6. Darba iemaņu atjaunošana un apgūšana.....	30
Pētījuma secinājumi	34

Ievads

Mūsu valstī ir ļoti augsts ieslodzīto skaits. Viens no cēloņiem ir neattīstītā sociālās rehabilitācijas sistēma. Latvijā ir 15 cietumi, kuros var atrasties 12 tūkstoši ieslodzīto un tikai viens sociālās rehabilitācijas centrs („Ratnieki”), kurā dažādās rehabilitācijas programmās var piedalīties tikai 22 bijušie ieslodzītie.

Problēmas aktualitāte

Noziedzības pieauguma problēma ir viena no asākajām Latvijā. Cietumos atrodas 6 – 7 reizes vairāk ieslodzīto (attiecībā pret iedzīvotāju skaitu) nekā Rietumeiropas valstīs. Pēc Eiropas Padomes ziņām, pēc šī rādītāja Eiropas valstu vidū mēs atpaliēkam tikai no Krievijas un Baltkrievijas. Recidīvisma līmenis (atkārtotas atgriešanās cietumā) Latvijā ir katastrofāli augsts un sasniedz 70%.

No ieslodzījuma vietām Latvijā katru gadu atgriežas vidēji ap 2500 cilvēku. Tieslietu ministrijas Ieslodzījuma vietu pārvaldes veiktā statistika liecina, ka vidējais brīvības atņemšanas termiņš valstī vīriešiem ir 4,5 gadi un sievietēm 3,5 gadi. Šos gadus ieslodzītais ir bijis izolēts no sabiedrības, atrauts no politiskās, ekonomiskās un sociālās attīstības procesiem.

Atgriešanās sabiedrībā būs atkarīga no tā, cik motivēts un sagatavots kļūt par pilntiesīgu sabiedrības locekli būs bijušais ieslodzītais.

Lielbritānijas zinātnieki, pētot bijušo ieslodzīto sociālo izslēgtību, kā galvenos faktoros identificējuši:

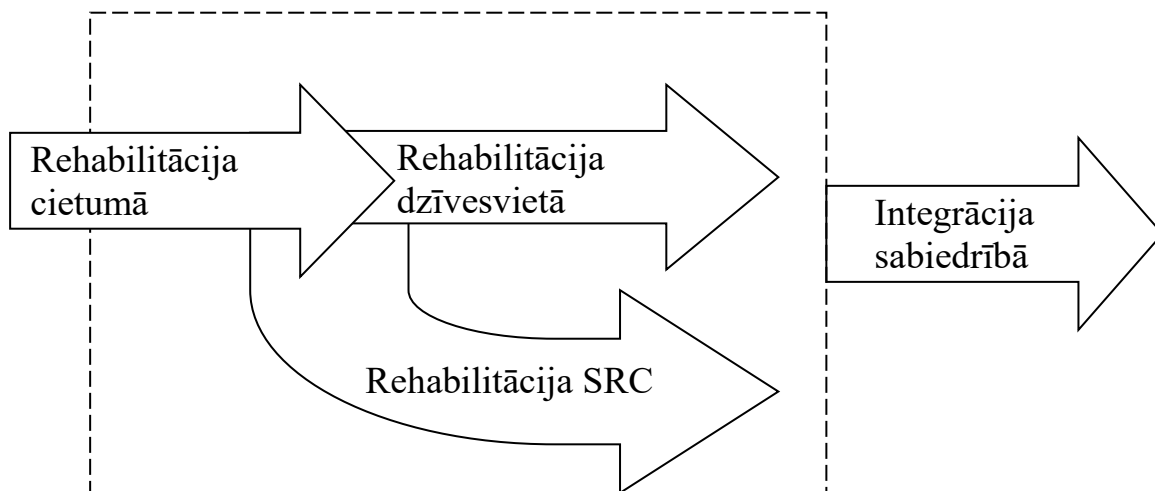
- izglītības nepietiekamību;
- grūtības atrast darbu;
- narkotiku un alkohola atkarību;
- garīgās un fiziskās veselības problēmas;
- paškontroles trūkumu;
- finansiālā atbalsta nepietiekamību.

Novērojumi un darba pieredze rāda, ka tādi pat faktori ietekmē arī mūsu valstī bijušo ieslodzīto integrāciju sabiedrībā.

Lai reintegrēšanās jeb atpakaļ iekļaušanās sabiedrībā būtu sekmīgāka, jāievēro vairāki svarīgi priekšnosacījumi:

- rehabilitācija ir process, kuram jāsākas ieslodzījuma vietā un jāturpinās vai nu dzīvesvietā, sadarbojoties visām ieinteresētām institūcijām vai sociālās rehabilitācijas centrā;
- rehabilitācijas procesam jābūt nepārtrauktam;
- jāievēro pēctecība – tas nozīmē ārpus ieslodzījuma vietas jāturpina iesāktais rehabilitācijas darbs.

Shematiski to var attēlot šādi (skat. 1.zīm.)



1.zīmējums. Bijušo ieslodzīto rehabilitācija un integrācija

Zīmējumā redzam, ka rehabilitācijai jābūt nepārtrauktam. Secīgam procesam, tikai tad integrācija sabiedrībā būs sekmīga.

Diemžēl šobrīd ne teorētiski, ne arī praksē šie priekšnosacījumi nav izstrādāti. Tie varētu būt nākotnes pētījumi un rezerve sociālās rehabilitācijas procesa pilnveidei un sekmīgai palīdzībai bijušajiem ieslodzītajiem.

Tātad varam secināt, ka vajag apkopot valstī esošo pieredzi bijušo ieslodzīto rehabilitācijā, iepazīt labāko ārvalstu pieredzi un tādējādi veidot vienotu sociālās rehabilitācijas sistēmu.

Problēma:

Jo vairāk sodīto, kuri sodu izcieš ieslodzījuma vietās, jo vairāk cilvēku “izkrīt no sabiedrības aprites” un lai šie cilvēki varētu atgriezties un atsākt normāli funkcionēt, ir nepieciešama viņu sociālā rehabilitācija. Ir nepieciešams apkopot sociālā rehabilitācijas centrā uzkrāto pieredzi un atbilstoši bijušo ieslodzīto vajadzībām veidot korekcijas programmas.

Pētījuma mērķis:

Izstrādāt kompleksu programmu bijušo notiesāto sociālai rehabilitācijai un integrācijai sabiedrībā.

Pētījuma uzdevumi:

1. Teorētiski apskatīt sociālo rehabilitāciju un sociālo integrāciju sabiedrībā.
2. Teorētiski pamatot kompleksas rehabilitācijas programmas izstrādi, balstoties uz SRC “Ratnieki” pieredzi.
3. Izstrādāt psiholoģiskās korekcijas programmu.
4. Izstrādāt uzvedības korekcijas programmu.

5. Izstrādāt programmu atbrīvošanai no alkohola un narkotiku atkarības.
6. Izstrādāt dzīves prasmju apguves programmu.
7. Izstrādāt darba iemaņu atjaunošanas un iegūšanas programmu.
8. Izveidot rokasgrāmatu kā metodisku palīg līdzekli pasniedzējiem kompleksās rehabilitācijas programmas realizēšanā.

Pētījuma objekts:

Bijušo notiesāto sociālā rehabilitācija un integrācija sabiedrībā.

Pētījuma priekšmets

Kompleksa programma bijušo notiesāto sociālai rehabilitācijai un integrācijai sabiedrībā.

Pētījuma teorētiskā novitāte

Sniegta teorētiska izpratne par sociālās rehabilitācijas un integrācijas procesiem un kompleksās rehabilitācijas programmas izveidi.

Praktiskā nozīmība

Izstrādātās korekcijas programmas bijušajiem ieslodzītajiem varēs izmantot jaunveidojamos sociālās rehabilitācijas centros, kā arī gūt ierosmi programmu izveidei kopienās.

1. Sociālā rehabilitācija un sociālā integrācija sabiedrībā

Vispirms nedefinēsim terminus, jo šajā nodaļā apskatīsim divus procesus: bijušo ieslodzīto sociālās rehabilitācijas procesu un sociālās integrācijas sabiedrībā procesu.

Bijušo ieslodzīto sociālā rehabilitācija – pasākumu komplekss, kas vērsts uz personas sociālās funkcionēšanas spēju atjaunošanu un uzlabošanu, sociālā statusa atgūšanu, integrāciju sabiedrībā, un ietver fizisko, tikumisko, psiholoģisko un profesionālo spēju atjaunošanu.¹

No šīs definīcijas redzam, ka sociālās rehabilitācijas procesa galamērķis ir bijušā ieslodzītā integrācija sabiedrībā jeb, kā šobrīd bieži lieto teorētiskajā literatūrā – atstumto, sociāli izslēgto, izolēto indivīdu iekļaušana sabiedrībā.

Sociālo integrāciju definēsim pēc ANO Pasaules sociālās attīstības konferences (1995.g.) normatīvo nostādņu starptautiskā akta – Kopenhāgenas sociālās attīstības deklarācijā noteiktā. 117 valstu vadītāji, t.sk. arī Latvijas, vienojās par desmit saistībām, kuru starpā ir arī sociālās integrācijas sekmēšana.

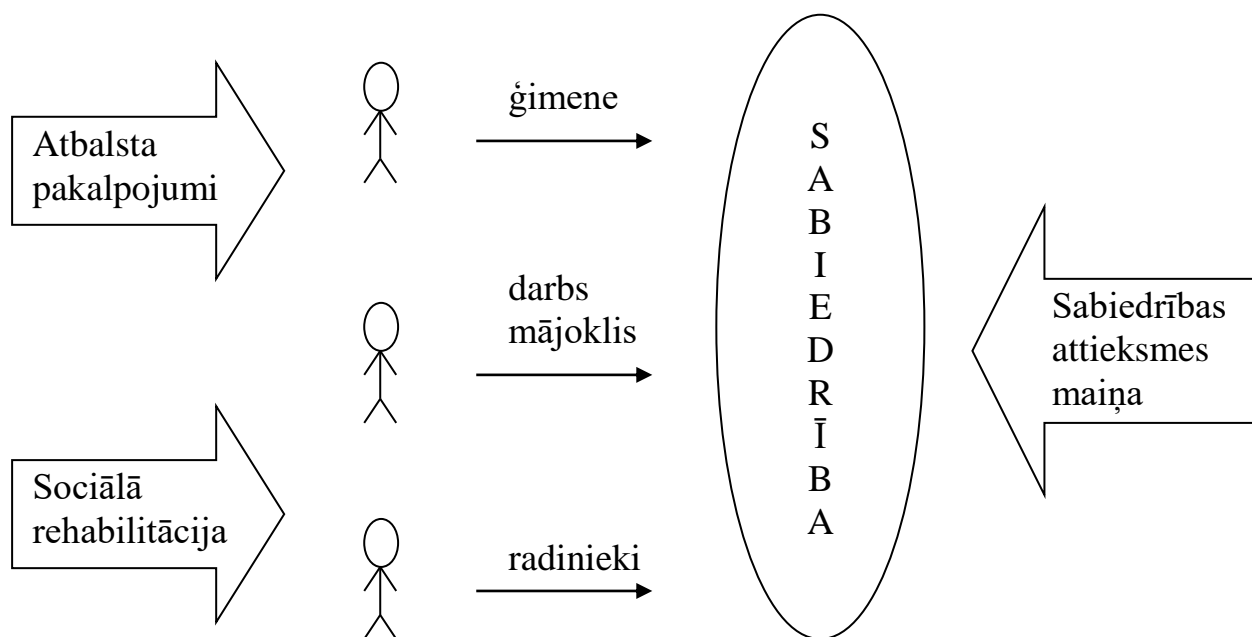
“**Sociālās integrēšanas**² mērķi ir sociālās stabilitātes uzturēšana un sociālā taisnīguma un progresa veicināšana; atteikšanās no diskriminācijas; tolerances un savstarpēja respekta, kā arī vērtību dažādības sekmēšana; vienlīdzīgas sociālās mobilitātes nodrošināšana; fizisko, psiholoģisko un sociālo barjeru likvidēšana, lai radītu visiem pieejamu sabiedrību”.

Tātad no vienas puses tā ir sabiedrības attīstība, kurai būtu jāpieņem visi indivīdi, bet no otras puses tā ir bijušo ieslodzīto gatavība iekļauties sabiedrībā. Tas attēlots 2.zīmējumā. Šobrīd daudz jāstrādā gan pie bijušo ieslodzīto sociālās rehabilitācijas sistēmas izveides valstī, gan arī pie sabiedrības attieksmes maiņas. Sabiedrības attieksmes izmaiņa ir sarežģītāks, lēnāks un grūtāk ietekmējams process.

Shematiski varam skatīt, ka ir vairāki labvēlīgi faktori, kuri sekmē integrāciju, kā viens no būtiskākajiem faktoriem ir, ja bijušajam ieslodzītajam saglabājušās saites ar ģimeni, tātad ir vieta, kur atgriezties. Tad pamazām sāks nostiprināties saites ar tuviniekiem. Bijušajiem ieslodzītajiem būtu nepieciešami atbalsta pakalpojumi, kurus vajadzētu nodrošināt sociālajam dienestam, nodarbinātības un probācijas dienestam. Viens no būtiskākajiem faktoriem, lai pilntiesīgi iekļautos sabiedrībā ir darbs. Ja bijušajiem ieslodzītajiem būtu darbs, nebūtu vajadzība pēc sociālās rehabilitācijas centra pakalpojumiem. Svarīga ir bijušo ieslodzīto motivācija un gatavība strādāt. Darba atrašana ir tikai integrācijas procesa sākums, darba vietā ir jāpierāda, ka uz darbinieku var paļauties, ka nebūs darba kavējums.

¹ Valsts Probācijas dienesta koncepcija. MK rīk. Nr. 9., 2003.g. 9.janvārī

² Kopenhāgenas sociālās attīstības deklarācija. – Rīga: SDSPA Attīstība: 1996.



1.zīmējums. Bijušā ieslodzītā sociālā integrācija sabiedrībā

Diemžēl bijušo ieslodzīto iekļaušanās mehānisms sabiedrībā nestrādā, par to liecina augstais recidīva procents. Tā cēloņu noskaidrošanai būtu nepieciešami sistēmiski pētījumi, skatot kopsakarības: noziedzības cēloņi → rehabilitācija soda izciešanas vietā → rehabilitācija pēc atgriešanās vai nu dzīvesvietā vai sociālās rehabilitācijas centrā. Nepieciešams ir pārdomāts darbs ar sabiedrību, iesaistot masu medijus un nevis tikai stāstot un rādot negatīvos piemērus, bet īpaši akcentējot pozitīvo.

Mūsu pētījumā apkoposim „Ratniekos” uzkrāto pieredzi sociālās rehabilitācijas darbā. Sociālās rehabilitācijas centrs Rīgas rajonā darbojas kopš 1999.gada maija, to dibināja bezpeļņas organizācija „Starptautiskais fonds – Glābšana”.

Sociālās rehabilitācijas centrā tiek uzņemti bijušie notiesātie, kuri vēlas mainīt savu dzīvi, iemācīties patstāvīgu dzīvi brīvībā, vēlas pārtraukt sakarus ar kriminālo vidi. “Sirdsapziņas brīvības” konstitucionālā princips (sekošana kādai reliģijai vai ateisms) ievērošana klientu uzņemšanā ir obligāta.

Uzņemot SRC, ar katru klientu tiek veikta ievadsaruna, kuras mērķis ir motivēt bijušo notiesāto uz neatlaidīgu, bet vajadzīgu darbu, kurš maina raksturu, nosaka pareizus dzīves mērķus un to sasniegšanas paņēmienus. Ievadsarunas rezultāts ir tipveida līguma parakstīšana (vienošanās par pakalpojumu sniegšanu), kurā ir noteiktas klienta un SRC tiesības un pienākumi.

Līguma pārkāpšana ir bijušā notiesātā atskaitīšanas iemesls no SRC.

Bijušie notiesātie SRC tiek uzņemti uz 6 mēnešiem, atsevišķos gadījumos termiņš var tikt pagarināts līdz 9 mēnešiem.

Centrs nodrošina:

- normālus dzīves apstākļus;
- darbu kokapstrādes fabrikā un mēbeļu firmā;
- psiholoģiskās korekcijas programmu (speciālu psiholoģisku treniņu, kas atbrīvo no stresa uzkrāšanās, naida un atriebības, regulē pašvērtējumu);
- uzvedības korekcijas programmu (garīgās izaugsmes programmu, kas pamatota uz Bībeles morāles likumu izzināšanu un to pielietošanu ikdienas dzīvē);
- palīdzības programmu narkomāniem un alkoholiķiem, lai atbrīvotos no atkarībām;
- dzīves prasmju apguves programmu;
- darba iemaņu atjaunošanas un iegūšanas programmu.

Pavadot laiku centrā, bijušie notiesātie atbrīvojas no bezcerības un naida, viņu nervu sistēma atsāk normāli funkcionēt, viņu vērtības mainās, viņi iemācās dzīvot sabiedrībā nekonfliktējot, un nonāk pie ticības. Rehabilitācijas programmas gaitā centra personāls palīdz bijušajiem notiesātajiem iegūt dokumentus, dzīvesvietu un darbu, atjaunot pārtrauktās attiecības ar ģimeni

Integrācijas un sociālās rehabilitācijas kompleksā programma sastāv no diviem posmiem:

I posms:

1. Pusgada ilga dzīvošana tipveida lauku rehabilitācijas centrā.
2. Darba iemaņu atjaunošana, pieradināšana pie darba kokapstrādes uzņēmumā, fermā, jaunu sociālās rehabilitācijas centru celtniecībā.
3. Galdnieka un celtnieka specialitāšu apgūšana.
4. Speciāla psiholoģiska programma, kas ļauj atbrīvoties no stresa, naida un atriebības, uzlabot pašvērtējumu.
5. Speciāla programma, kas ļauj atbrīvoties no alkohola un narkotiku atkarības.
6. Iespēja nodarboties ar sportu.
7. Motivācijas un uzvedības korekcijas programma, tikumisko un ētisko likumu apguve, kas pamatojas uz Bībeles garīgajiem likumiem un to pielietošanu ikdienas dzīvē.

II posms:

Pēc gada vai pusgada ilgas rehabilitācijas programmas beigšanas centra klientus var nosacīti sadalīt 2 grupās:

1.grupa

Tie, kas uzrādījuši labākos rezultātus, rehabilitācijas procesā paliek strādāt jaunuzceltajā centrā ar iespēju kļūt par centra vadītāju.

2.grupa

Atgriežas ģimenēs, pastāvīgajās dzīvesvietās, pielietojot centrā iegūtās prasmes un iemaņas. Reizi nedēļā apmeklē psiholoģiskās palīdzības centru. Pēc izvēles apmeklē draudzi. Nedēļas nogalēs kopā ar ģimenēm apciemo savu bijušo rehabilitācijas centru.

Pateicoties kompleksai rehabilitācijas programmai, vairums bijušo ieslodzīto ir integrējušies sabiedrībā: atguvuši personas dokumentus, atraduši dzīvesvietu un darbu, atjaunojuši ģimenes. Viņi pastāvīgi uztur sakarus ar sociālās rehabilitācijas centru. Tipveida lauku centrs ir pierādījis savu dzīvotspēju – tam ir autonoma ūdensapgādes sistēma, kanalizācija, siltumapgāde. Daļa no produktiem (dārzeņi, olas, zivis) tiek iegūta kopējā saimniecībā.

Kopš 2003.gada organizācijā uzsākts darbs Palīdzības centra izveidošanā cietušajiem vai cilvēkiem, kas ieslīguši depresijā. Tas ir atvērtais klubs, kur klienti tiek aicināti domubiedru kolektīvā, lai piedalītos psiholoģiskās relaksācijas, fiziskās atjaunošanās un garīgas izaugsmes programmās. Viņiem arī tiek nodrošinātas juridiskās konsultācijas.

Sociālās rehabilitācijas galamērķis ir – lai bijušā ieslodzītā atgriešanās būtu ilglaicīga, lai viņš kļūtu par kompetentu un neatkarīgu sabiedrības locekli.

Tālāk aprakstīsim sociālās korekcijas programmas:

- psiholoģiskās korekcijas;
- uzvedības korekcijas;
- atbrīvošanās no alkohola un narkotiku atkarības;
- dzīves prasmju apguves;
- darba iemaņu atjaunošanas un apgūšanas.

2. Psiholoģiskās korekcijas programma

Ieslodzījuma negatīvo seku mazināšana
Saskarsmes atjaunošana, saskarsmes prasmju apguve
Palīdzība krīzes situācijās

1. Programmas apraksts

Programma balstās uz kriminālās uzvedības psiholoģijas sasniegto starptautisko pieredzi. Programmas pamatā ir sociālās rehabilitācijas centra (SRC) darbības galveno principu izprašana.

2. Programmas mērķi un uzdevumi

Programmas **mērķis** ir novērst negatīvus simptomus bijušo ieslodzīto uzvedībā (izjaukto sociālo funkciju atjaunošana vai kompensācija, kriminālās aktivitātes mazināšana), bijušo ieslodzīto personības izaugsme (individuālo un radošo spēju attīstība, saskarsmes prasmes atjaunošana), prasmju veidošana pārvarēt problēmas un krīzes situācijas (sociālās reintegrācijas atvieglošana, personīgās refleksīvās pozīcijas attīstība, morālo un ētisko normu saprašana un pieņemšana).

Programma ir orientēta uz apmācību adaptēties dažādās dzīves situācijās, uz efektīvu sava potenciāla izmantošanu individuālo sociāli atzīto mērķu sasniegšanai.

Programmas uzdevumi:

- saskarsmes prasmes attīstība, komunikatīvās kompetences un sociālā jutīguma paaugstināšana, sociāli atzītu sakaru paplašināšana, prasme pielietot iegūtās prasmes dažādās dzīves situācijās;
- personīgās refleksīvās pozīcijas (skatiens uz sevi no malas) attīstība, sociāli psiholoģisko likumsakarību un sociālo procesu zināšana;
- zināšanu iegūšana par savām rakstura īpašībām, temperamentu, spējām u.c., personīgā potenciāla efektīva izmantošana un radošo spēju attīstība;
- pašregulācijas prasmju attīstība un spēja tās pielietot sarežģītās dzīves situācijās.

Darba metodes:

- lekcijas – sarunas;
- praktiskās nodarbības (treniņi, testi, lomu spēles);
- psihodiagnostika un konsultēšana (individuālas konsultācijas grupās, pašvērtējums, savstarpējais vērtējums).

Nodarbības “Psiholoģiskās korekcijas” programmā ir obligātas visiem bijušajiem ieslodzītajiem, kas iziet rehabilitāciju SRC visas uzturēšanas laikā. Programmas garums – 68 stundas.

3. Programmas saturs

Programma sastāv no 5 daļām.

1. *Saskarsmes psiholoģija* – 20 stundas

Lekcijas – sarunas – 5 stundas

Saskarsmes jēdziens. Pirmā iespaids efekti. Ārējais izskats. Uztveres mehānismi. Ķermeņa valoda. Saskarsmes puses. Stereotipi. Sarunas veidošana, klausīšanās. Saprašana un nesaprašana. Pozīcija saskarsmē. Scenāriji. Spēļu teorija (Bērnis). Saskarsmes stili. Atgriezeniskā saikne. Spēja just līdz. Masu komunikāciju līdzekļi. Profesijas ietekme uz saskarsmi. Iekārtošanās darbā, CV.

Praktiskās nodarbības (treniņi, diskusijas, lomu spēles) – 5 stundas

Kontakta izveidošana, iepazīšanās. Atgriezeniskās saites saņemšana un atdošana. Sarunas uzturēšana. Vizīte – priekšnesums. Pieņemšana darbā (sagatavošana, sveiciens, stādīšana priekšā, informācija par sevi, par darbu, par firmu). CV sagatavošana

Psihodiagnostika un konsultēšana – 10 stundas.

Komunikatīvās spējas. Empātijas līmenis.

2. *Grupu psiholoģija* – 10 stundas

Lekcijas – sarunas – 4 stundas

Grupas atribūti. Socializācija, socializācijas institūti. Piekritēja un negatīvista pozīcijas (konformisms un negatīvisms). Mikroklimats. Saderība. Kopējais darbs. Lomu struktūra. Vadības stili. Līderis.

Praktiskās nodarbības (treniņi, diskusijas, lomu spēles) – 4 stundas

Diskusija. Pārrunas. Publiskā uzstāšanās. Grupu spiediens. “Es” koncepcija. Dalības grupas.

Psihodiagnostika un konsultēšana – 2 stundas.

Lomas. Grupas uztvere.

3. *Personīgās attiecības* – 10 stundas

Lekcijas – sarunas – 4 stundas

Personīgo attiecību mainīšana (sociometrija). Draudzība un mīlestība. Savstarpējās saprašanās faktori. Gaidīšana un pretenzijas. Tiesības un uzdevumi. Ģimene. Ģimenes funkcijas. Greizsirdība, laulības pārkāpums. Bērnu audzināšana, bērna personības attīstība.

Praktiskās nodarbības (treniņš, diskusijas) – 4 stundas

Motivēšana. Lūgums. Atteikums. Atzinība un kritika. Gaidīšana un pretenzijas starpdzimumu attiecībās. Konflikti laulības dzīvē.

Psihodiagnostika un konsultēšana – 2 stundas.

Gaidīšana un pretenzijas starpdzimumu attiecībās.

4. *Konflikti* – 14 stundas

Lekcijas – sarunas – 5 stundas

Konfliktu objektīvie un subjektīvie iemesli. Spriedzes stāvoklis sakarā ar šķēršļiem (frustrācija). Stress. Ekstremālās situācijas. Vientulība. Agresija. Pašregulācija. Algoritms aiziešanai no kriminālās uzvedības.

Praktiskās nodarbības (treniņš, diskusijas, problēmsituāciju risināšana) – 4 stundas

Konfliktsituācijas (starp cilvēkiem, grupā, starp grupām). Problēmu risināšana.

Psihodiagnostika un konsultēšana – 5 stundas.

Atbildība. Uzvedība frustrējošās situācijās. Agresivitāte komunikācijā. Nosliece uz kriminālu uzvedību.

5. *Personība* – 14 stundas

Lekcijas – sarunas – 4 stundas

Personības tipoloģija. “Es” koncepcija. Vajadzības, motīvi, orientācija. Vērtīborientācijas. Ievirze. Pretenzijas. Proforientācija. Cilvēka psiholoģiskās vajadzības. Prasme noteikt mērķi. Vecuma krīze.

Praktiskās nodarbības (treniņš, diskusijas, biogrāfiskā metode) – 5 stundas

Labi noformulēts mērķis. Savas dzīves analīze.

Psihodiagnostika un konsultēšana – 5 stundas.

Temperaments, raksturs. Spējas. Emocionālā ievirze. Motivācija. Proforientācija.

Šī ir pamatprogramma. Par atsevišķiem jautājumiem var izstrādāt padziļinātu kursu. Tā, piemēram, personisko mērķu uzstādīšana. Tas ir ļoti nozīmīgs jautājums bijušajiem ieslodzītajiem. Tā kā bijušie ieslodzītie bieži vien ir agresīvi un nesavaldīgi, tad nepieciešams nodarbību cikls „Māksla valdīt par sevi”.

Programmu „Personisko mērķu uzstādīšana un realizācija” un nodarbību ciklu „Māksla valdīt par sevi” aprakstīsim Rokasgrāmatā.

Kā nākošo programmu apskatīsim „Uzvedības korekcijas programmu”.

Literatūras saraksts:

1. Vorobjovs A. Vispārīgā psiholoģija. – Rīga: SIA Izglītības solī, 2000.
2. Блекборн Р. Психология криминального поведения. – Питер, 2004.
3. Васильев В.Л. Юридическая психология. – М.: Юридическая литература, 1999, 431 стр.

3. Uzvedības korekcijas programma

Bijušo ieslodzīto uzvedības koriģēšanai ir būtiski izprast kā veidojas kriminālā uzvedība, kā arī to, kādu ietekmi uz ieslodzītā uzvedību atstāj cietuma vide un cietumā neveiktā rehabilitācija.

Socializācijas teorijās, kurās pēta Superego attīstību, sirdsapziņas vai paškontroles veidošanos, kriminālā uzvedība tiek skaidrota kā morālās attīstības vispārīgāko traucējumu aspekts. Morāle no šīs pozīcijas tiek skatīta kā attiecīgas uzvedības un atbilstošu pārliecību ieguve nosacījumu modelēšanas vai identifikācijas ceļā un ir dotās sabiedrības normu un noteikumu internalizācija vecāku, skolotāju vai vienaudžu ietekmē.¹

Cilvēkam nonākot ieslodzījuma vietā viņa kriminālo uzvedību cenšas labot, pāraudzinot notiesātos.

V.Zahars raksta, ka cietuma funkcijas un mērķi laika gaitā ir mainījušies. 19.gadsimtā tika formulēts mērķis labot un pāraudzināt notiesātos. 20.gadsimta otrajā pusē tika ieviests jauns termins “resocializācija”, kas paredzēja iekļaušanu dažādās nodarbinātības programmās un brīvā laika aktivitātēs. 20.gadsimta 90.gados – 21.gadsimta sākumā rodas vēl modernāka atziņa – par cietumu darbības mērķi tiek izvirzīta notiesātās personas uzvedības normalizācija.

Uzvedības normalizācijas metodes pamatā ir notiesāto cilvēktiesību respektēšana, ļaujot viņam attīstīt savu pašiniciatīvu, baudīt tā sauktās “dozētās brīvības” priekšrocības, pašam iegūt jaunu identitāti un veiksmīgi iekļauties sabiedrībā pēc atbrīvošanas no cietuma.² Kamēr šī atziņa nav ieviesta praksē, ir jāapšaubā uzvedības normalizācijas iespējas cietuma apstākļos, ko neveicina cilvēka izolācija no sabiedrības un cietuma vide.

Diemžēl kriminālās uzvedības izmaiņu process ir ilgstošs, būtu nepieciešami pētījumi, lai noskaidrotu kādi faktori un kā cietuma apstākļos ietekmē ieslodzītā uzvedību.

Bijušo ieslodzīto uzvedībai, kura neiekļaujas sabiedrības pieņemtajos noteikumos, piemīt savas tipiskas likumsakarības un to var definēt ar četrām negatīvām pamattendencēm:

- pēc atbrīvošanas bijušie ieslodzītie sāk regulāri lietot alkoholu (atkarība);
- neprot izveidot ilgtermiņa attiecības ar apkārtējiem cilvēkiem, t.s. ar darba kolēģiem un darba devēju(nervu sistēmas labilitāte);
- tikumiski nav attīstīti, t.i. pilnīgi egoisti ar noslieci slinkot, veikt sīkas zādzības, melot, lielīties;
- viņi neprot strādāt 8 stundas dienā un regulāri, t.i. katru dienu. Rezultātā zaudē darbu, nevar apmaksāt komunālos maksājumus, zaudē dzīvesvietu, atgriežas kriminālajā vidē un, tā rezultātā – cietumā.

¹ Блекборн Р. Психология криминального поведения. – Питер, 2004, 158 с.

² Zahars V. Kriminālsodus un to izpildi vērtējot. – Rīga: Zvaigzne ABC, 2003, 15.lpp.

Ja šo visu skaidrot bijušajam ieslodzītajam un pareizi to motivēt, pastāv reāla iespēja, ka viņš sāk saprast nepieciešamību izmainīt sevi un savu uzvedību.

Programmas mērķi

Programmas mērķis ir bijušo ieslodzīto motivācija, lai tie sāktu izprast morālās izaugsmes nepieciešamību, kā obligātu priekšnoteikumu veiksmīgai integrācijai sabiedrībā, Bībeles vispārcilvēcisko morāles principu studēšana un to praktiskā pielietošana ikdienas dzīvē.

Programmas būtība

Programma balstās uz izpratni par morālo izaugsmi.

Kolbergs (*Kohlberg*) ir noteicis morālo spriedumu attīstību no secīgi progresējoša universālā taisnīguma principa izpratnes, kura būtība ir tiesību un pienākumu sadale ar regulējamu priekšstatu par savstarpēju vienlīdzību.

Autors piedāvā trīs morālo spriedumu līmeņus, katrs no tiem sastāv no divām stadijām. Šie līmeņi atspoguļo trīs attiecību veidus starp subjektu un sabiedrības normām:

1. Prekonvencionālais līmenis – raksturīgs bērniem pirms pusaudža vecuma, bet sastopams arī nelielai daļai pusaudžu un pieaugušo un atbilst sabiedrības izpratnei kā norobežotu indivīdu mijiedarbībai (Es).
2. Konvencionālais līmenis, to sasniedz vairums pusaudžu un pieaugušo, indivīds spēj spriest par attiecībām no savas grupas vai sabiedrības viedokļa.
3. Postkonvencionālais līmenis, to sasniedz neliela pieaugušo daļa. Šajā līmenī cilvēks izskaidro un vērtē sabiedrības normas no universālo tikumisko principu skatījuma, kuri ir to pamatā.

Virzīšanās uz augstāku pakāpi ir atkarīga no kognitīvās stimulācijas, sociālās pieredzes dialoga kopējās nodarbībās, kā arī no kognitīvā konflikta pārdzīvojumā, kurš rodas saskaroties ar augstākas stadijas cilvēka loģiku.¹

Tāpat uzvedības korekcija ir jābalsta uz psihologu atziņām, kuras ļauj izprast morālās izaugsmes psiholoģiskos aspektus.

Uzvedības korekcija balstās arī uz ētikas atziņām.

Ētika satur daudzu cilvēku un tautu atziņas, tajā ir apkopota cilvēces tikumiskā pieredze. Tikumību mēdz saukt par *morāli* vai par *ētiku* (vārds cēlies no grieķu val.). Izvēli starp labo un ļauno, patieso un nepatieso, krietno un nekrietno un līdzīgas izvēles sauc par **morālajām izvēlēm**. Morālā izvēle var būt izvēle ne tikai starp tikumisko un netikumisko (piemēram, starp labo un ļauno), bet arī starp

¹ Блекборн Р. Психология криминального поведения. – Питер, 2004, 159 - 160 с.

dažādām *tikumiskajām vērtībām*. Tikumiskās vērtības ir, piemēram: labestība, līdzietība, godīgums, līdzjūtība, iecietība, uzticība, patiesums, pienākuma un atbildības izjūta, draudzība, mīlestība u.c. Tās ir sava veida „ceļazīmes”, kas cilvēkam, ja vien viņš tās ievēro, neļauj nomaldīties dzīves ceļā.

Katra tauta, gadsimtu gaitā, vērojot dažādas dzīves norises, ir ielāgojusi: pastāv dzīves likumi, kuri lielākoties tomēr piepildās. Gadu tūkstošiem veiktie dzīves novērojumi un secinājumi ir līdzīgi – *par gudru tika uzskatīta labestīga, godīga, patiesa un žēlsirdīga rīcība*, bet nežēlīgie un viltīgie ļaunuma darītāji, kuri bieži vien sākumā gūst panākumus, beigu beigās tik un tā „iekrīt bedrē, ko paši rakuši”. Dzīves gudrība izsaka secinājumus no gadsimtiem ilgi veiktiem novērojumiem par likumsakarībām, kuras noslēpumainā veidā izpaužas un piepildās arī mūsdienās. Zināt šīs *morālās likumsakarības* un ievērot tajās izteiktos padomus un brīdinājumus ir svarīgi.

Dānijā un Norvēģijā bijušo ieslodzīto korekcijas pamatprincips ir “katram cilvēkam ir izvēles brīvība, bet katrs cilvēks ir atbildīgs par savas izvēles sekām”.

Brīvība un atbildība vijas cauri visām korekcijas programmām, kā arī rehabilitācijas institūciju darbībai, jo cilvēkam ir ne tikai jāizprot, bet jāiemācās dzīvot uzņemoties atbildību par savu rīcību.

Par galveno Gudrības un morālo principu krātuvi mēs ņemam Bībeli, grāmatu, kura tika sarakstīta 1600 gadu laikā, un noteikti ir cauri gadsimtiem iznesta daudzu tautu morālā vērtība.

Senos laikos cilvēki izdomāja stāstus, lai skaidrotu to neizprotamo, kas bija ap viņiem – dažādas dabas parādības un norises, kuras notiek pašā cilvēkā, cilvēka „iekšējā pasaulē”. Līdzību un leģendu formā, paaudžu paaudzēs stāstot par „ārējo”, bija vieglāk saprast un izskaidrot „iekšējo”.

Godīgums, patiesīgums, labestība, līdzietība, drošsirdība, draudzība un mīlestība ir īpašības, kuras no seniem laikiem ir atzītas par tikumiem visās Eiropas tautās. Brīvprātīga un pašai izlēmta *ziedošanās citu dēļ* vairākumam no tautām un civilizācijām kopš seniem laikiem ir uzskatīta *par visaugstāko tikumu*.

Ja ir tas, ar ko savu uzvedību var saprast un paskaidrot, tātad to var arī izmainīt, vai arī motivēt uz mainīšanos, jaunu orientieru un vērtību meklēšanu, kuras tiek atzītas par patiesām un nozīmīgām. To var salīdzināt ar vēlreizēju piedzimšanu. Cilvēks, kurš par savas dzīves pamatu izvēlas tikumiskas vērtības, iekšēji piedzimst vēlreiz – kā tikumisks cilvēks. *Viņa dzīvi sāk vadīt cits likums – sirdsapziņa, kas neatzīst melus un neatzīst pašlabumu*. Tas var notikt apzināti un var notikt neapzināti. Izvēle bieži vien ilgst daudzus gadus, īstenībā – visu mūžu. Tajās reizēs, kad cilvēki domā par savas dzīves vērtībām, viņi sev uzdod jautājumus: „Kas ir patiesība?”, „Kāda ir manas dzīves jēga?”, „Kam es ticu?”, „Kas es esmu?” Daudzo zinātņu daudzās patiesības, kas mainās no gadsimta uz gadsimtu, te palīdzēt nevar, jo cilvēki šādos gadījumos meklē kaut ko dziļāku un nozīmīgāku.

Programmas struktūra un saturs

Programmā “**Dzīves un brīvības garīgie likumi**” ir iekļauts:

- lekcijas, katra 2 stundu garumā reizi nedēļā (15 lekcijas);
- praktiskās nodarbības – semināri, katrs 2 stundu garumā reizi nedēļā (15 semināri);
- mājas darbu pildīšana (gatavojoties semināram tiek sagatavotas atbildes uz dažādiem jautājumiem);
- rīta nodarbības 30 minūšu garumā katru dienu (kopējās diskusijas par Bībeles notikumiem piemērojot šā brīža notikumiem).

Kur Tā Kunga Gars, tur ir brīvība” Kor. II 3:17

Programma “**Dzīves un brīvības garīgie likumi**”

(15 lekcijas + 15 semināri)

1. Cēloņa un seku likums

“Ko cilvēks sēj, to viņš arī pļaus” Gal. 6:7

“Jau Dieva dusmība no Debesīm parādās” Rom. 1:18

2. Ticības likums

“Es visu spēju tā spēkā, kas mani dara stipru: Fil. 4:13

“Tas visu spēj, kas tic” Marka 9:23

3. Piedošanas likums

“Netiesājiet ... piedodiet” Lūkas 6:37

4. Pazemības un gudrības likums

“Dievs stājas pretim lepniem, bet pazemīgiem dod žēlastību” Jēkaba 4:6

5. Iegūšanas likums

“Dodiet, tad jums taps dots” Lūkas 6:38

6. Cēla un mērķa likums

“Bet dzenieties papriekš Dieva valstības” Mateja 6:33

“Es dzenos pretim mērķim...” Fil. 3:14

7. Kalpošanas likums

“Kristus vēstule...” Kor. II 3:3

“... to jūs esat man darījuši” Mateja 25:40

8. Spēka likums

“Bet jūs dabūsit spēku, kad Svētais Gars būs nācis pār jums” Darbi 1:8

9. Otrās piedzimšanas likums

“Ja kāds neatdzimst ūdenī un Garā, netikt tam Dieva valstībā” Jāņa 3:3,5,6

10. Iesvaidīšanas likums

(Svētā Gara svaidīšana)

Apustuļu Darbi 4:38, 9:17

Lūkas 4:18

11. Lūgšanas likums

“Piesauc mani, tad es tevi uzklausīšu” Jeremijas 33:3

“Un visu, ko jūs ticībā lūgsit, to jūs dabūsit” Mateja 21:22

12. Uzvaras likums (Atkl. 3:5,12,21)

“Jo viss, kas ir dzimis no Dieva, uzvar pasauli” Jāņa I 5:4

“Topiet Gara pilni...” Ef. 5:18

“Es pats cīnīšos...” Jēsajas 49:25

13. Laimes likums

Kalna sprediķis Mateja 5-7

14. Mīlestības likums

“Jo mūsu sirdīs izlieta Dieva mīlestība ar Svēto Garu, kas mums dots”

(Rom. 5:5, Jāņa I, Kor. I 13)

15. Brīvības likums

“Un jūs atzīsiet patiesību, un patiesība darīs jūs brīvus” Jāņa 8:32

“Bet kas ieskatīsies un paliks pilnīgajā svabadības likumā, nebūdamas aizmāršīgs klausītājs, bet darba darītājs, tas būs svētīgs savā darbībā” Jēkaba 1:25

Lekcijas norit trīs etapos

I – likumā galvenais – tiesa, žēlsirdība, ticība

II – otrā piedzimšana Svētā Garā

III – izaugsme glābšanā

Literatūras saraksts:

4. Bībele (kanoniskais izlaidums).
5. Jozus A., Krauliņa V. Ievads Ētikā. – 2004.
6. Kapustins J. Pētījumi. Prasības sociālās rehabilitācijas centram. – 2004.

7. Блекборн Р. Психология криминального поведения. – Питер, 2004.

4. Atbrīvošanās no alkohola un narkotiku atkarības programma

Daudzi cilvēki pēc atbrīvošanās no cietuma parasti atjauno pārmērīgu dzeršanu un narkotiku lietošanu. Vairums no viņiem “brīvību” saista ar iespēju dzert un lietot narkotikas. Tas ir viens no vislielākajiem riska faktoriem – atkārtota nozieguma izdarīšanai.

Analizējot tieksmi lietot alkoholu vai narkotikas, jāapskata divas autonomas sistēmas, kuras determinē šo uzvedību: bioloģisko sistēmu, kura saistīta ar alkohola un narkotiku iedarbību uz organismu un atkarības sindroma veidošanu un sociālo sistēmu, kura atklāj šīs uzvedības normu un vērtību aspektus. Šīs sistēmas neiedarbojas tieši uz cilvēka uzvedību, bet gan mijiedarbojoties un noteiktā veidā ietekmējot motivācijas sfēru, apziņu un zemapziņu.

Veidojot programmu, lai atbrīvotos no atkarībām, ir svarīgi apzināt motīvus, kuri ir tieksmes uz alkoholu un narkotikām pamatā.

Vadošo motīvu klasifikācijā izmantojām Ņemčina T. un Cicareva S. izstrādāto shēmu¹. Vadošo motīvu un vajadzību apmierināšanas veidu klasifikācijā tieksmei pēc alkohola, autori uzskata, ka alkohols kalpo kā:

1. Spriedzes redukcijas līdzeklis. Tā tiek uzskatīta par pašu izplatītāko formu – lietot alkoholu, lai relaksētos. Biheiviorālā virziena autoru veiktie pētījumi alkoholisma psiholoģijā (Kappels, Hermans, 1972; Striklers, 1979; Liskers, 1982 u.c.) pierādījuši, ka psihiskās spriedzes noņemšana var būt pastāvīgs alkoholizācijas motīvs, neatkarīgi no personības tipa un rakstura.
2. Emocionālā stāvokļa izmaiņas līdzeklis. Šis mehānisms iespējams ir pats universālākais, jo jebkura psihofarmakoloģiska viela ar bioķīmisku procesu palīdzību pirmkārt ietekmē cilvēka emocionālo sfēru.
3. Baudas ieguves līdzeklis. Alkohola psihofarmakoloģiskais efekts patiesi tiek izmantots, lai kādu brīdi iegūtu psihiska un fiziska komforta sajūtu un baudu, kuras dažādu iemeslu dēļ cilvēks nevar vai neprot iegūt citādā veidā.
4. Pašnoteikšanās, pašcieņas un pašvērtējuma paaugstināšanas līdzeklis. Jebkurš cilvēks tiecas pēc augsta un noturīga pašvērtējuma. Dažādu cēloņu rezultātā – nepareiza audzināšana, nelabvēlīgas attiecības ģimenē, neapmierinošs sociālais statuss, bijušajiem ieslodzītajiem arī nesakārtota dzīve, alkoholisms pazemina pašcieņu un pašvērtējumu. Kaut vai uz īsu brīdi alkohols rada psiholoģisku apmierinātību ar sevi.
5. Kompensācijas līdzeklis. Aizvieto trūkstošās iespējas vajadzību apmierināšanai. Alkohola lietošana šajā gadījumā, protams, ir „surogāta” motīvs. Šādu motīvu realizācija nevis apmierina vajadzības, bet uz laiku noņem ar neapmierinātām vajadzībām saistīto spriedzi.

¹ Немчин Т., Цыцарев С. Личность и алкоголизм. – Ленинград: Издательство Ленинградского университета, 1989, 115-126 с.

6. Saskarsmes un komunikācijas līdzeklis. Par pamatu te ir neapmierinātās vajadzības pēc saskarsmes, vientulība, neveiksmes mīlestībā u.c., kā arī var būt cilvēka noslēgtība, neprasme komunicēt.
7. Iemācīšanas vai atdarināšanas rezultāts, pieņemta rituāla atbalstīšana. Augot alkoholiķu ģimenē, lietojot alkoholu pusaudžu un jauniešu kompānijās alkohola lietošana tiek pieņemta par normu un veidojas noteikti rituāli, kuri saistīti ar alkohola lietošanu.
8. Manipulācijas līdzeklis. Manipulatīvās uzvedības galvenais iemesls ir panākt vienpusēju izdevīgumu: materiālajā ziņā, atbrīvošanā no atbildības u.c. Šādu attiecību rezultātā veidojas egocentrisms, savukārt tā ietekmē tieksme pēc alkohola rodas tiklīdz tiek izvirzītas prasības, kuras neatbilst egocentriskām tieksmēm.

Bijušajiem ieslodzītajiem visbiežāk piemīt vairāku motīvu kopums, kuri stimulē tieksmi lietot alkoholu un narkotikas. Tas pierāda, ka ir izteikta nepieciešamība pēc psiholoģiskās korekcijas un dzīves prasmju veidošanas.

Tas ir vēl viens apliecinājums tam, ka sociālās rehabilitācijas programmai ir jābūt kompleksai programmai, kura sastāv no vairākām apakšprogrammām.

Programmas mērķis:

Balstoties uz garīgām vērtībām un izmantojot „12 soļu” metodi, strādāt pie atkarību pārvarēšanas.

Atkarību pārvarēšanas programmas nodarbību struktūra un laika sadale

Lūgšana	5 min.
Iepriekšējās nodarbības apspriešana	20 min
Lekcija par tēmu	40 min.
Atbildes uz jautājumiem	15 min.
Lūgšana par atbrīvošanu no atkarības	10 min
Nodarbības ilgums	1 st. 30 min.
Cikla nodarbību skaits	15
Nodarbību biežums	1 reize nedēļā
Grupu skaits	4
Dalībnieku skaits grupā	no 5 līdz 8 cilv.

Atkarību pārvarēšanas programmas tēmas

1. Atkarību biosociopsiholoģiskais aspekts
2. Garīgais aspekts
3. Bībele par dzeršanu un vainu
4. Atkarību ārstēšanas metodes
5. Programma "12 soļi"
6. 1.solis. Atkarības apzināšanās
7. 2.solis. Palīdzības nepieciešamības apzināšanās
8. 3.solis. Palīdzības avota iegūšana
9. 4.solis. Vērtību pārvērtēšana
10. Stresa noņemšanas tehnikas

Tālāk aprakstīsim tēmas un laika sadali katras tēmas apguvei.

1. Atkarību biosociopsiholoģiskais aspekts

Mērķis: informēšana par atkarību rašanās faktoriem.

Metodes: lekcija, apspriešana.

- | | |
|---|--------|
| 1. Bioloģiskais (iedzimtības) faktors | |
| a) DNS loma | 5 min. |
| b) Bībele par nolādēšanu (2.Mozus gr. 20:5) | 5 min. |
| c) Pētījumu dati | 5 min. |
| 2. Sociālais faktors | |
| a) Kultūra | 5 min. |
| b) Attieksme pret alkoholu | 5 min. |
| c) Attieksme pret dzerošiem | 5 min. |
| 3. Psiholoģiskais faktors | |
| a) Priecīgo notikumu ietekme | 3 min. |
| b) Bēdīgo notikumu ietekme | 3 min. |
| c) Krīzes | 4 min. |

2. Atkarību garīgais aspekts

Mērķis: informēšana par atkarību rašanās garīgo faktoru.

Metodes: lekcija, diskusija.

- | | |
|--|---------|
| 1. Kas tiek saprasts ar garīgumu? | 5 min. |
| 2. Vai vajag baidīties no sadzīves dzeršanas? | 5 min. |
| 3. Kā rodas dzeršanas un smēķēšanas vēlēšanās? | 5 min. |
| 4. Alkoholīķis vai joprojām dzērājs? | 10 min. |
| 5. Atkarīgā attaisnojumi. | 5 min. |
| 6. Garīgā prakse. | 5 min. |
| 7. Ticība Dievam. | 5 min. |

Pielikums. Bībele, 126.ps., Lk **1.15**

3. Bībele par dzeršanu un vainu

Mērķis: rādīt apzināto negatīvo attieksmē pret dzeršanu

Metodes: lekcija, aptauja

- | | |
|--|--------|
| 1. Dzeršanas ietekme uz pēcnācējiem | 5 min. |
| 2. Sabiedrības attieksme pret alkoholiķiem | 5 min. |
| 3. Priekšniecības dzeršanas sekas | 5 min. |
| 4. Alkohola ietekme uz cilvēka organismu | 5 min. |
| 5. "Slikto "draugu" un sabiedrību ietekme | 5 min. |
| 6. Par reklāmu | 5 min. |
| 7. Dzeršanas sekas | 5 min. |
| 8. Atturību rezultāti | 5 min. |

Pielikums. Bībele, Veca Derība: 1.Mozus gr., 3.Mozus gr.T 5.Mozus gr., 3. Vaid., Ps., Jer, Jez., Dan., Os., Am., Aud., Mih., Av. Jaunā Derība: Mat, Luk., 1.Pēt, Rom.; 1.Kor., Gal., Et, 3.Fes., 1.Tim.

4. Atkarību ārstēšanas metodes

Mērķis: informēšana par pamata palīdzības metodēm atkarīgajiem

Metodes: lekcija, apspriede

- | | |
|---------------------------------|--------|
| 1. Minesotas programma | 5 min. |
| 2. Nazarmijeva programma | 5 min. |
| 3. Ārstēšana ar medikamentiem | 3 min. |
| 4. Kristīgā komūna | 5 min. |
| 5. Klosteris | 5 min. |
| 6. Programma "12 soļi" | 5 min. |
| 7. Kristus centriskie "12 soļi" | 5 min. |
| 8. Maršaka metode | 5 min. |

9. Ārstēšana Vācijā, ASV 2 min.

5. Programma "12 soļi"

Mērķis: informēšana par rezultātiem no dalības programmā

Metode: lekcija

- | | |
|---|---------|
| 1. Anonīmo Alkoholiķu (AA) kustības rašanās vēsture | 5 min. |
| 2. Kustības pamatprincipi | 2 min. |
| 3. AA tradīcijas | 5 min. |
| 4. Programmas "12 soļi" uzrakstīšanas vēsture | 5 min. |
| 5. Sapulču struktūra | 5 min. |
| 6. 12 soļu apskats | 10 min. |
| 7. Četru bāzisko soļu iziešanas rezultāts | 8 min. |

6. Programmas „12 soļi” 1.solis „Atkarības apzināšanās”

Mērķis: ievest apziņā atkarības faktu

Metodes: lekcija, diskusija

- | | |
|--|--------|
| 1. Bīstamības signāls dzērājiem | 5 min. |
| 2. Personīgā lēmuma atmest lietošanu svarīgums | 5 min. |
| 3. Paša vājuma pārliecības nepieciešamība | 5 min. |
| 4. Veltīgums izglābt sevi pašu | 5 min. |
| 5. Ko palīdzība nozīmē alkoholiķim? | 5 min. |
| 6. Kas var palīdzēt atkarīgajam? | 5 min. |
| 7. Ceļvedis pie mūžīgās atturības | 5 min. |

7. Programmas „12 soļi” 2.solis „Palīdzības nepieciešamības apzināšanās”

Mērķis: ievest apziņā nepieciešamību pieņemt palīdzību

Metodes: lekcija, aptauja

- | | |
|---|--------|
| 1. Kam mēs varam ticēt! | 5 min. |
| 2. Aizspriedumu trūkuma svarīgums | 5 min. |
| 3. Ceļi, kas ved pie ticības | 5 min. |
| 4. Augstākā Spēka jēdziens | 5 min. |
| 5. Šķēršļi ceļā uz atturību | 5 min. |
| 6. Intelekta un patstāvības problēmas | 5 min. |
| 7. Atiešanas punkts ceļā uz veselu domāšanu | 5 min. |

8. Attieksme pret Dievu 5 min.

Pielikums: Bībele. Jer., Mat., Luk.3 Jon., Rom.

8. Programmas „12 soļi” 3.solis „Palīdzības avota iegūšana

Mērķis: ievest palīdzības avota apzinātā esamībā

Metodes: lekcija, apspriede

- | | |
|--|---------|
| 1. Gatavība pieņemt palīdzību | 8 min. |
| 2. Pakļaušana kā neatkarības līdzeklis | 8 min. |
| 3. Savas vaļas pirmsuzdevums | 8 min. |
| 4. Par ļaunprātīgu vaļas spēka izmantošanu | 5 min. |
| 5. Personīgo pūļu nepieciešamība | 10 min. |

9. Programmas „12 soļi” 4.solis „Vērtību pārvērtēšana”

Mērķis: ievest apzinātā nepieciešamībā pārskatīt vērtību sistēmu

Metodes: lekcija, apspriede, pašatskaite

- | | |
|---|---------|
| 1. Kā instinkti ir spējīgi pārsniegt savu norādījumu | 8 min. |
| 2. Mēģinājums pamanīt savus pienākumus pret citiem | 8 min. |
| 3. Situāciju, kas izraisa bailes, vainu, apvainojumu, analīze | 10 min. |
| 4. Noliegumu pārvarēšana | 6 min. |
| 5. Pašizpēte | 8 min. |
| a) trūkumi | |
| b) priekšrocības | |

10. Stresa noņemšanas tehnikas

Mērķis: informēšana par pastāvošiem veidiem pret stresu

Metodes: lekcija, apspriede, aptauja

- | | |
|-----------------------|---------|
| 1. Daiļrade, hobiji | 10 min. |
| 2. Sports | 5 min. |
| 3. Autogēnais treniņš | 10 min. |
| 4. Lūgšana | 15 min. |
| a) lūgšanu veidi | |
| b) lūgšanu piemēri | |

- c) lūgšanas uzbūves shēma
- d) atbilžu uz lūgšanu piemēri
- e) praktiskais pielietojums

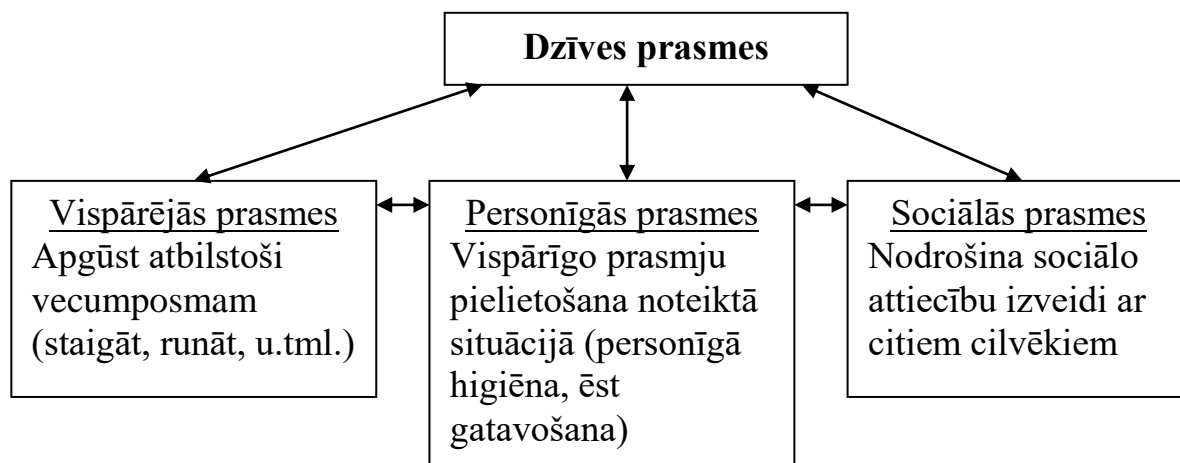
Literatūras saraksts:

1. Belogurovs S.B. Populāri par narkotikām un narkomānijām. M: Brnom, SPb.: Nevskij dialekt, 1998, 1251pp.
2. Bībele. M.: 1989, 292.Ipp.
3. Daņiļins N.G. Ka bērņus izglābt no narkotikām. M: Centrpoļigraf, 2000, 348 lpp.
4. Divpadsmit soļi un divpadsmit tradīcijas. Ņujorka: AA, 1989, 213 ipp.
5. Džerijs Danss. Dievs ir arī alkoholiķiem. SPb.: KS Bibļija dļa vseh, 1994, 186 lpp.
6. Doktors Bogdans Voronovičs. Alkoholisms: daba, ārstēšana, atveseļošanās. M.: Inform-12,1999, 192 lpp.
7. JeņikejevaD.D. Ka un kāpēc dzer biznesmeņi, politiķi un jaunie krievi. D.: Stalker, 1997, 400 lpp.
8. Isļizkovs N.K Bez narkotikām. Narkotiskās un alkoholiskās atkarības brīdināšanas un pārvarēšanas programma. M: Fair-press, 2001, 384 lpp.
9. Apvienības AA literatūra
10. Terijs Vebs. Atjaunotās dzīves koks. M: Triada, 1999, 195 lpp.
11. Špakovs A.O. Rokasgrāmata vecākiem un bērņiem. Alkoholisms, narkomānija, toksikomānija, smēķēšana. Dabiskās un sadzīves indes. SPb.: Zenit Energija, 2000, 363 lpp.

5. Dzīves prasmju apguves programma

Viens no bijušo ieslodzīto rehabilitācijas svarīgiem uzdevumiem ir veidot dzīves prasmes.

Dzīves prasmes – prasmes, ko cilvēks apgūst dzīves laikā un kuras ir nepieciešamas, lai cilvēks varētu iekļauties sabiedrībā un dzīvot neatkarīgi. Dzīves prasmes ir dažādu prasmju kopums (skat. 3. zīm.).



3.zīmējums. Dzīves prasmju sastāvdaļas.

Pasaules Veselības organizācija par svarīgākajām dzīves prasmēm atzinusi:

- pašizzināšanu un pašnoteikšanos;
- savu tiesību apzināšanos un aizstāvēšanu;
- stresa pārvarēšanu;
- pretošanos psiholoģiskajam spiedienam;
- kritisko domāšanu;
- lēmumu pieņemšanu;
- problēmu risināšanu;
- sociālo pielāgošanos, sadarbību;
- efektīvu komunikāciju.¹

Bijušajiem ieslodzītajiem var būt traucēta vienas vai vairāku grupu prasmju apguve. Prasmju apguvi var kavēt bērnības gados nelabvēlīga vide ģimenē, piemēram, disfunkcionāla ģimene. Negatīvi prasmju veidošanos ietekmē bērna atrašanās ārpusģimenes aprūpes institūcijās (bērnunamos, patversmēs). Ieslodzījuma vietā dzīves prasmju veidošanās process iegūst citu virzienu – sāk veidoties

¹ Rubane I. Mācīties darot. – Rīga, RaKa, 2000, 23.lpp.

izdzīvošanas prasmes cietuma apstākļos. Nereti tas ir sabiedrībā nepieciešamo prasmju „izkropļots variants”.

Veidojot dzīves prasmju apguves programmu svarīgi ir izprast, ka attīstītas prasmes ir sociālās kompetences pamats. „Kompetence ir personas spēja mijiedarboties efektīvā veidā ar vidi, spēja pielāgoties izdzīvojot un tiekot galā ar grūtībām sasniegt mērķi, neskatoties uz nelabvēlīgiem apstākļiem”.¹ Sociālās kompetences veidošana bijušajiem ieslodzītajiem ir svarīgs priekšnoteikums, lai cilvēks varētu iekļauties sabiedrībā. Viens no būtiskākajiem sociālās kompetences rādītājiem ir Ego identitāte jeb sociālā prasme pašnoteikties. E.Eriksons uzskata, ka „Es – identitāte ir atbilžu apzināšanās uz šādiem jautājumiem:

- Kas es esmu?
- Ko es gribu darīt?
- Ko es varu darīt?
- Kādu vērtību vārdā es dzīvoju?”²

Ja cilvēkam ir stiprs Ego, tad viņš spēj adekvāti izmantot arī savus trūkumus, labi tikt galā ar sarežģītām situācijām, pareizi uztvert realitāti, to neizkropļojot, izjust sevi un citus.

Ego identitātes veidošanās vistiešāk saistīta ar sociālo prasmju veidošanu. Vistiešāk to ietekmē šādas sociālās prasmes:

- pārliecināti rīkoties dažādās situācijās;
- komunicēties;
- būt pacietīgam;
- pieņemt lēmumus;
- noteikt mērķus;
- uzņemties atbildību par savu rīcību;
- uzticēties, veidot stabilas attiecības;
- integrēt savas un sabiedrības vērtības.

Tā kā prasmju apguve iespējama tikai vingrinājumu rezultātā, tad dzīves prasmju veidošanas programma ir integrēta rehabilitācijas centra dzīves organizācijā. Ikdienas dzīvē ir radīta iespēja attīstīt pašapkalpošanās prasmes un daudzas no sociālajām prasmēm.

Kā liecina Trondheimas (Norvēģija) atvērtā cietuma 15 gadu laikā izveidotā pieredze, tad, piemēram, iemācīt plānot uzturam nepieciešamo budžetu var tad, ja ir jāgatavo pusdienas sākot no nepieciešamā produktu daudzuma aprēķināšanas paredzamo ēdienu pagatavošanai, produktu iegādes un pusdienu sagatavošanas un pasniegšanas. Pusdienas gatavo divatā un tās ir brīvdienas pusdienas. Tādējādi bijušie ieslodzītie mācās dzīvot brīvībā, pierod pie produktu cenām un apgūst prasmes gatavot ēdienu.

¹ John F.Longres. Human behaviour in the social environment. – Illinois: Itacha, 1990, 46.p.

² Karpova Ā. Personība, teorijas un to rādītāji. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1998, 86.lpp.

Dažādu dokumentu aizpilde un kārtošana tiek apgūta rehabilitācijas centrā pavadītajā laikā, izmantojot nepieciešamību kārtot centra dokumentāciju un maksājumus, kā arī bijušo ieslodzīto personīgos dokumentus.

Sociālo prasmju veidošanai ir izveidota arī nodarbību programma, kura sastāv no 7 nodarbībām.

Programmas mērķi:

- sekmēt pašnoteikšanos;
- veidot dzīves organizācijas prasmes (budžeta plānošana, sadzīves organizēšana);
- mācīt prasmes darbam ar lietišķo dokumentāciju.

1.tabula

Sociālo prasmju veidošanas programma

<i>Nodarbība pēc skaita</i>	<i>Uzdevumi nodarbības gaitā</i>	<i>Sociālās prasmes, kas tiek attīstītas</i>
1.	Noskaidrot dalībnieku galvenās problēmas	Uzticēšanās
2.	Mērķu noteikšana, ko darīt, lai tos sasniegtu, kā pārvarēt problēmas	Mērķu noteikšana, atbildības uzņemšanās
3.	Ego stiprināšana, apzinoties savas pozitīvās īpašības	Ego identitāte
4.	Sociālo situāciju apspriešana, izspēle, rīcības modeļu apspriešana	Komunicēšanās, pašpārliecības trenēšana
5.	Situāciju, kurās jūties bezspēcīgs, apspriešana, risinājumu meklēšana	Pašpārliecība, lēmumu pieņemšana
6.	Likumīgas pamatotības rīcības, atbilstošas vērtībām meklējumi dalībnieku vidū tajās dotajās situācijās, kurās viņi jutušies bezspēcīgi	Lēmumu pieņemšanas vērtības
7.	Negatīvo jūtu izteikšana sociāli pieņemamā veidā	Pacietība, lēmumu pieņemšana

Nodarbību ilgums 1 – 1,5 stundas. Nodarbībās tiek izmantotas interaktīvās metodes: diskusijas, situāciju apspriešana, lomu spēles u.c.

Sociālo prasmju veidošanās tiek turpināta rehabilitācijas centra ikdienā.

Literatūras saraksts:

1. Karpova Ā. Personība, teorijas un to rādītāji. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1998.
2. Omarova S. Cilvēks dzīvo grupā. – Rīga: Kamene, 1996.
3. Алберт Р., Эммонс М. Самоутверждающее поведение. – Санкт-Петербург, 1998.

6. Darba iemaņu atjaunošana un apgūšana

Bijušo notiesāto iekļaušanai sabiedrībā viens no svarīgākajiem sociālās rehabilitācijas uzdevumiem ir atjaunot zudušās darba prasmes, apgūt jaunas, bet galvenais – motivēt strādāt, tāpēc darba terapijai sociālās rehabilitācijas centrā ir jābūt pārdomātai, sabiedriski nozīmīgai un atbilstošai rehabilitējamo personu spējām.

Bezdarbs ir viens no recidīva riska faktoriem. Larija Motinka (*Larry Motink*) Kanādas korekcijas dienesta veiktā pētījumā konstatējusi, ka aresta brīdī pat līdz 2/3 cilvēku ir bez darba. Tātad var secināt, ka bezdarbs un kriminalitāte veido zināmas kopsakarības.

Ar nodarbinātību cieši saistīta ir cilvēka gatavību strādāt un attieksme pret darbu.

Atrodoties cietumos, bijušie notiesātie atradinās strādāt 8 stundas dienā. Neprasme strādāt 8 stundas noved pie ātras atlaišanas no darba, pat, ja bijušajam notiesātajam ir izdevies iekārtoties darbā.

“Lielas grūtības rada notiesātie, kuri ilgstoši vai nemaz nav strādājuši. Tas, ka nav darba iemaņas un speciālas zināšanas – to var apgūt. Bet viņiem ir riebums pret darbu un viņi ienīst čaklus, strādīgus cilvēkus. Nepazīst tādas jūtas kā iedvesmu un prieku par labi padarītu darbu”¹.

Pirmsnodarbinātības un darba prasmju apguves programmai ir:

- pakāpeniski jāpieradina strādāt visu maiņu un katru dienu;
- jāsniedz informācija kā ieiet darba pasaulē (kur meklēt darbu, kā rakstīt CV, kā gatavoties darba intervijai u.c.);
- jādod bijušajam ieslodzītajam iespēja attīstīt profesionālās prasmes un attieksmes, kuras vēlas redzēt darba devējs;
- jāfokussējas gan uz iespējām iegūt darbu, gan saglabāt darbu;
- jāpalīdz apgūt valsts valodu un nokārtot eksāmenu.

Sociālās rehabilitācijas centra “Ratnieki” izveidošanas procesā administrācija meklēja jebkuru darbā iekārtošanas iespēju.

Bijušie notiesātie veica dzīvojamo un saimniecisko ēku kosmētisko remontu, sakņu dārza iekārtošanu dārzeņu audzēšanai. Par minimālu apmaksu tie palīdzēja kaimiņiem fermeriem lauksaimniecības darbos. Tika noslēgti līgumi ar pašvaldībām par teritorijas labiekārtošanu, ceļmalu attīrīšanu no atkritumiem, mežu sanitāro attīrīšanu no saušņiem.

Tālākais darba iemaņu apgūšanas ceļš ir līgumu noslēgšana ar tuvāko rūpnīcu vai būvniecības organizāciju par bijušo notiesāto apmācību darba iemaņām, bet tam, lai ieinteresētu darba devēju ir nepieciešams meklēt līdzekļus, izstrādājot projektus, iesaistot nodarbinātības aģentūru.

¹ Васильев В.Л. Юридическая психология. – М.: Юридическая литература, 1999, 431 стр.

Nodarbinātības programma

Programma balstās uz bijušo ieslodzīto rehabilitācijas galvenajiem principiem. Bijušo ieslodzīto integrācijas sabiedrībā svarīgākā un neatņemama sastāvdaļa ir viņu adaptācija darbā. Starptautiskā pieredze šajā jomā paredz pakāpenisku iesaistīšanu darba procesā. Šī programma ir orientēta uz visiem bijušajiem ieslodzītajiem, kas atrodas SRC un tās apgūšana ir obligāta katram no viņiem visā uzturēšanās laikā SRC.

Programmas mērķis un uzdevumi

Programma orientēta uz praktisku specialitātes apgūšanu un bijušo ieslodzīto pilnīgu darba adaptāciju.

Programmas **mērķis** ir novērst iepriekšējā dzīves periodā izveidoto negatīvo attieksmi pret darbu, apgūt un atjaunot darba iemaņas, kā arī veidot prasmes patstāvīgi iekārtoties darbā un tādējādi reintegrēties sabiedrībā.

Saskaņā ar izvirzīto mērķi noteikti šīs programmas **uzdevumi**:

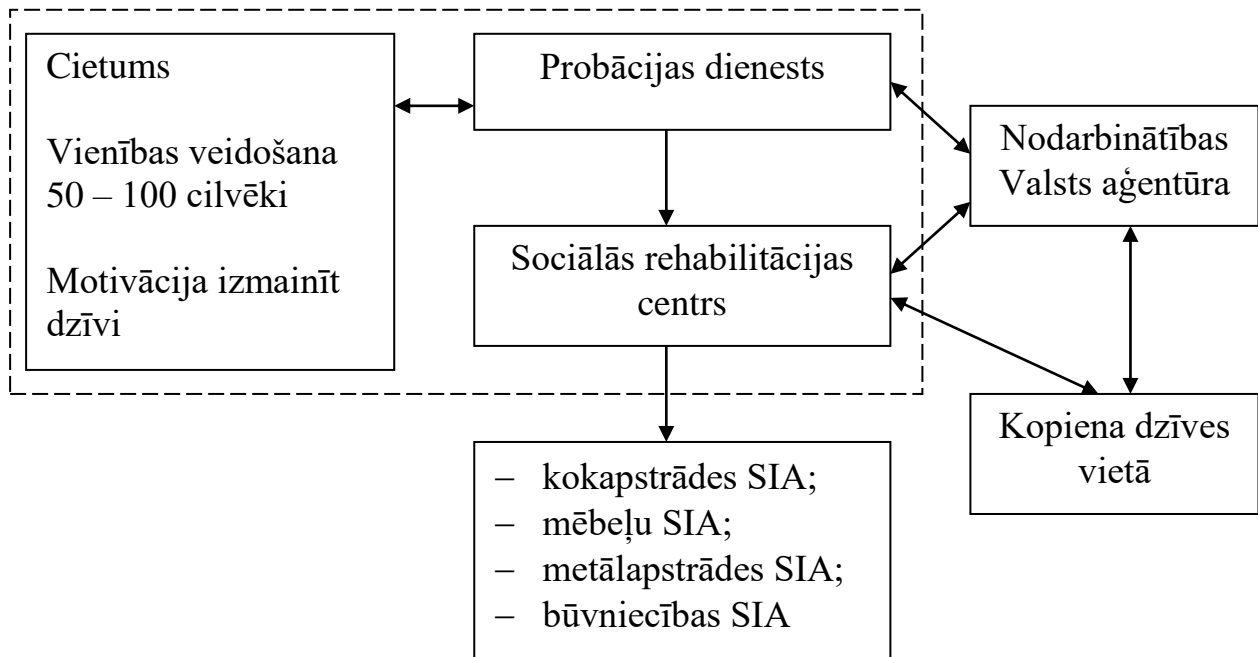
- motivēt strādāt katru dienu;
- iepazīstināt ar piedāvātām profesijām (profesijas prasības, tās operāciju daļas u.c.);
- apgūt profesijas praktiskās iemaņas;
- iepazīstināt ar darba drošības tehnikas noteikumiem un kontrolēt to ievērošanu;
- veidot atbildības sajūtu par uzticēto darbu;
- veikt pasākumus, lai stabilizētu darba disciplīnas ievērošanu;
- izveidot pozitīvu attieksmi pret darbu;
- veicināt integrāciju sabiedrībā, apgūstot profesionālās prasmes un iemaņas.

Šos uzdevumus veic pakāpeniski un šajā procesā ir iesaistīts sociālās rehabilitācijas centrs, nodarbinātības aģentūra, būvniecības organizācijas, mēbeļu ražošanas un metālapstrādes rūpnīca.

Programmas apgūšanas posmi:

1. Iemācīt sākotnējās iemaņas darbam laukā, rūpnīcā, SRC labiekārtošanā un remontā, pieradināt pie obligātas 8 stundu darba dienas.
2. Norīkot SRC klientus uz mēbeļu ražošanas, būvniecības un metālapstrādes rūpnīcām, kas sadarbojas ar SRC, izveidot visus apstākļus, lai veicinātu profesijas apgūšanu.
3. Bijušo ieslodzīto iekārtošana darbā vai Ar Nodarbinātības Valsts Aģentūras starpniecību.

Tālāk apskatīsim nodarbinātības programmas realizācijas organizācijas struktūru (skat. 4.zīm.).



4.zīmējums. Nodarbinātības programmas realizācijas organizācijas struktūra.

Tātad redzam, ka sociālās rehabilitācijas centram ir visciešākās saites ar konkrētiem uzņēmumiem, kuros strādā bijušie ieslodzītie.

Liela loma ir sadarbībai ar NVA, kura var palīdzēt konkrētu profesiju apgūvē, gan arī, lai iekārtotos darbā pēc rehabilitācijas SRC savā dzīvesvietā.

Šajā shēmā rādām ideālo nākotnes modeli, iezīmējot to, ka būtu nepieciešama saskaņota rehabilitācija nodarbinātības jomā, kura sāktos cietumā un turpinātos atbrīvojoties no ieslodzījuma.

Tālāk aprakstīsim kā SRC “Ratnieki” realizē nodarbinātības programmu.

Nodarbinātības programmas realizācija

Iegūtā pieredze un sociālās rehabilitācijas centra "Ratnieki" materiālā bāze 2005.gadā ļauj veikt bijušo notiesāto apmācību pastāvīgi. Tam tiek plānots aprīkot specializētas darbnīcas, iepirkt vienkāršu universālu aprīkojumu darba pamata paņēmieni apmācībai, pieņemt darbā speciālistu, kurš spēj veikt teorētiskus un praktiskus uzdevumus. Kā mācību programmu paredzēts izmantot programmu galdnieku apmācībai, kura tiek pielietota specializētā arodskolā (Slokas ielā 52, Rīgā). Analogiska programma tiek pielietota notiesāto apmācībai Valmieras cietumā.

Pēc teorētiskā kursa un praktisko nodarbību beigām no arodskolas tiek aicināta eksaminācijas komisija, bijušie notiesātie kārtro eksāmenus un saņem sertifikātu.

Atbilstošie dokumenti apmācības procesa veikšanai un apmācības programma ir pievienoti rokasgrāmatā

Bez galdnieka profesijas, tiem bijušajiem ieslodzītajiem, kuri parādījuši īpašu centību, ir iespēja apgūt mēbeļnieka profesiju firmā „FIORD”, ar kuru SRC ir noslēgts līgums.

Konkrēti mēbeļu firma piedāvā iespējas realizēt šo programmu. Firmā ir nepieciešamā:

1. Materiālā bāze. Teritorija un ēka, aprīkotas mēbeļu izgatavošanas pabeigta ciklam. Teritoriju tehnoloģiskie bloki ietver sevī:
 - biroja telpas, kur atrodas lietišķa dokumentācija, paraugi;
 - noliktavas telpas;
 - galdnieka darbagaldi 20 strādniekiem;
 - mehāniķa un elektriķa darbnīca;
 - stacionāras un pārvietojamas iekārtas (115);
 - laku un krāsu nodaļa.
2. Apmācības un darba iespējas. Ir strādājošs personāls mēbeļu ražošanas procesa veikšanai. Ir iespēja apgūt darba iemaņas ar speciāli apmācītā meistara palīdzību šādās specialitātēs:
 - galdnieks;
 - mēbeļu montētājs;
 - galdniecības ražošanas palīgstrādnieks;
 - presētājs;
 - apdares speciālists.
3. Firmas izdevumi šīs programmas realizācijai iekļauj:
 - transporta izdevumus;
 - komunālos izdevumus;
 - alga un nodokļi meistaram, kas nodrošina apmācību un disciplināro kontroli;
 - iekārtu noma;
 - galveno un palīgmateriālu iegādi ražošanas procesa realizācijai.

Noslēgums

SRC ir plašas bijušo ieslodzīto motivācijas darbam iespējas, kā arī profesijas apguves un vēlāk darbā iekārtošanas iespējas. Bet vēlreiz gribam uzsvērt to, ka nodarbinātības programmu var sekmīgi realizēt tikai kompleksā ar psiholoģiskās un uzvedības korekcijas, atkarību pārvarēšanas un sociālo prasmju veidošanas programmām.

Pētījuma secinājumi

Apskatot sociālās rehabilitācijas un integrācijas sabiedrībā procesus un izstrādājot korekcijas programmas, esam nonākuši pie šādiem secinājumiem:

1. Sociālās rehabilitācijas procesam ir jābūt pēctecīgam, nepārtrauktam procesam, veidojot rehabilitācijas sistēmu: rehabilitācija ieslodzījuma vietā, bijušo ieslodzīto rehabilitācija dzīves vietā vai sociālās rehabilitācijas centrā.
2. Vienotas rehabilitācijas sistēmas izveide no vienas puses un darbs sabiedrības attieksmes izmaiņā pret bijušajiem ieslodzītajiem no otras puses sekmēs bijušo ieslodzīto integrāciju sabiedrībā.
3. Ņemot vērā to, ka bijušajiem ieslodzītajiem ir multiproblēmas, sociālās rehabilitācijas centros ir nepieciešams korekcijas programmu komplekss.
4. „Ratnieku” pieredze liecina, ka optimālu korekcijas programmu kompleksu veido piecas programmas:
 - I. Psiholoģiskās korekcijas
 - II. Uzvedības korekcijas
 - III. Atbrīvošanās no alkohola un narkotiku atkarības
 - IV. Sociālo prasmju veidošana
 - V. Darba iemaņu atjaunošanas un apgūšanas
5. Lai programmas dotu rezultātus, tas nozīmē – motivētu bijušos ieslodzītos un mainītu viņu uzvedību, ikdienas dzīve sociālās rehabilitācijas centrā jāveido tā, lai būtu iespēja ikdienu vingrināties rīcībā un prasmēs.
6. Dažādu programmu pasniedzējiem jāstrādā komandā, tikai tā var nodrošināt kompleksu sociālās rehabilitācijas programmas realizāciju.