



ESF+ projekts Nr. 4.2.3.1./1/24/I/001



INFORMATĪVAIS MATERIĀLS IZGLĪTOJAMO MENTORIEM

Materiāls tapis Eiropas Sociālā fonda Plus projekta "Skola – kopienā" (identifikācijas Nr. 4.2.3.1./1/24/I/001) ietvaros.

Pārpublicēšanas un citēšanas gadījumā atsauce uz Valsts izglītības attīstības aģentūru ir obligāta.

© Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2025



PAR INFORMATĪVO MATERIĀLU

Sveiks, mentor! Paldies par Tavu iesaistīšanos projektā "Skola – kopienā"! Tagad, kad esi apguvis 36 akadēmisko stundu mācību programmu un saņēmis apliecību, Tu esi gatavs kļūt par kāda jaunieša atbalsta un uzticamības personu.

Lai palīdzētu Tev, esam izstrādājuši šo informatīvo materiālu (turpmāk – materiāls), kurā ir apkopota būtiskā informācija par mentora darba pienākumiem, sadarbību ar izglītības iestādēm, darba līgumiem, Interaktīvo rīku, atskaišu sagatavošanu un atalgojumu, kā arī citiem jautājumiem.

Materiāla mērķis ir sniegt skaidru un pārskatāmu priekšstatu par mentoringu kā atbalsta pasākumu, tā organizatoriskajiem un administratīvajiem nosacījumiem. Tas palīdzēs Tev labāk orientēties prasībās, ievērot noteiktās procedūras, kā arī nodrošināt kvalitatīvu un efektīvu sadarbību ar visām iesaistītajām pusēm.

Lūdzu, rūpīgi izlasi šo materiālu pirms uzsāc īstenot mentoringu projektā "Skola – kopienā"! Ja jūti, ka Tev nepieciešams papildu atbalsts vai Tev ir radušies jautājumi, lūdzam sazināties ar mums (skat. materiāla nodaļu "Kontaktinformācija").

Interaktīvā rīka lietošanas instrukcijas, veidlapu un dokumentu paraugi, kā arī citi materiāli ir pieejami projekta "Skola – kopienā" [tīmekļa vietnē](#) sadaļā "Partneriem".

Lūdzu, ņem vērā, ka šajā informatīvajā materiālā ietvertā informācija var tikt aktualizēta!

Veiksmi!

SATURS

PAR PROJEKTU	1
VĒLREIZ PAR MENTORINGU	2
AR KO SĀKT?	3
PĀRRUNAS AR IZGLĪTĪBAS IESTĀDI	6
DARBA LĪGUMA NOSLĒGŠANA	8
INTERAKTĪVAIS RĪKS	9
VIENOŠANĀS AR IZGLĪTOJAMO	10
ATBALSTA PLĀNOŠANA UN MENTORA DIENASGRĀMATA	12
ATBALSTA SNIEGŠANA UN DARBA LAIKA UZSKAITE	14
ATALGOJUMS	18
SADARBĪBA AR IZGLĪTĪBAS IESTĀDI	19
MENTORINGA NOSLĒGŠANA	20
ATBALSTS MENTORIEM – SUPERVĪZIJA	22
10 MENTORINGA SOĻU KONTROLSARAKSTS	23
BIEŽĀK UZDOTIE JAUTĀJUMI	24
NODERĪGIE MATERIĀLI	28
KONTAKTINFORMĀCIJA	29

PAR PROJEKTU

4.2.3.1. pasākuma "Integrēta "Skola – kopiena"" ietvaros tiek īstenots izglītības nozares projekts "**Skola – kopienā**" (*turpmāk – projekts*), kura plānotais iznākums t. sk. ir izglītojamo sociālā iekļaušana, viņu labbūtības veicināšana izglītības vidē un iekļaujošas izglītības attīstīšana.

Projekta mērķis ir attīstīt integrētu **skolas-kopienas** jeb pašvaldības **izglītības ekosistēmas pieeju**, veicinot starpinstitūciju sadarbību un izglītojamā vecāku (personu, kas realizē aizgādību) iesaisti izglītības procesā, lai nodrošinātu koordinētu rīcību sociālās atstumtības un priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas (*turpmāk – PMP*) riska samazināšanai izglītojamajiem un sekmētu vispārējās pamatizglītības un vidējās izglītības satura apguvi.

Projekta mērķauditorija ir izglītojamie no 1. līdz 12. klasei un profesionālās izglītības programmas īstenojošo vispārējās izglītības iestāžu izglītojamie no 1. līdz 4. kursam.

Projektā tiek nodrošinātas individuālas vai grupas pedagoga konsultācijas mācību priekšmetos, konsultatīvais atbalsts, individuālas un grupas lasītprasmes nodarbības, kā arī mentora individuālais atbalsts izglītojamajam (*turpmāk – mentorings*).

Projekta īstenošanas laiks ir no 01.07.2024. līdz 31.08.2029.

VĒLREIZ PAR MENTORINGU

Tu esi apguvis 36 akadēmisko stundu mācību programmu par jauniešu mentoringu, bet atkārtošana neskādēs. **Mentorings ir process, kurā mentors sniedz izglītojamajam atbalstu un palīdzību, lai noteiktā laika posmā sasniegtu kopīgi iepriekš izvirzītus mērķus.** Tas ietver divu cilvēku attiecības, kas turpinās pietiekami ilgi, kurās mentors sniedz padomus un atbalstu izglītojamajam **bez kritikas**. Šīs attiecības attīstās, regulāri tiekoties un komunicējot.

Mentoringa mērķis ir atpazīt un agrīni izvērtēt izglītojamā individuālās īpatnības, prasmes un vajadzības, lai sniegtu nepieciešamo atbalstu, veicinātu intelektuālo un emocionālo izaugsmi, un saglabātu motivāciju turpināt mācīties. Mentors ir uzticama persona, kas atbalsta, iedrošina, motivē un palīdz mentorējam attīstīt personību un prasmju potenciālu.

Projektā mentorings ir sistemātiska un profesionāla pieeja, kas balstīta savstarpējā uzticībā, kur izglītojamā mentors, izmantojot savas zināšanas un pieredzi, sniedz **personalizētu palīdzību izglītojamajam**, lai veicinātu viņa personīgo attīstību, akadēmiskos sasniegumus un sociālo integrāciju. Mentorings stiprina izglītojamā pašapziņu, motivāciju un cieņpilnu attiecību veidošanas prasmes, kas ir pamats veiksmīga izglītības procesa nodrošināšanai, kā arī palīdz identificēt un risināt potenciālos izaicinājumus, kas var novest pie sociālās atstumtības un/vai PMP riskiem.

Mentorings paredzēts no **2026. gada janvāra**.



AR KO SĀKT?

Atbildot īsi – gaidi izglītības iestādes zvanu! Jau pavisam drīz ar Tevi **sazināsies** kādas **izglītības iestādes darbinieks** un aicinās Tevi kļūt par atbalsta sniedzēju izglītojamajam. Mentoru kontaktinformācija, apliecības numurs, kā arī saraksts ar pašvaldībām, kurās mentori ir gatavi sniegt atbalstu, ir pieejami Interaktīvā rīka lietotājiem.

NB! *Interaktīvais rīks ir interaktīva atbalsta platforma, kura nodrošina projekta darbības īstenošanai visas nepieciešamās darbības, t. sk. atbalsta pasākumu īstenošanu, projekta darbību saturisko dokumentu elektronisku ievadi un apstiprināšanu.*

Tava informācija jau ir ievietota Interaktīvajā rīkā un Tev **nav** pašam jāsaazinās ar izglītības iestādēm. Ja saproti, ka šobrīd nevari sniegt atbalstu, sazinies ar mums (skat. nodaļu "Kontaktinformācija") un lūdz izņemt savu kontaktinformāciju. Ja pārdomāsi, mēs vienmēr varam Tavu informāciju atjaunot. **Sazinies ar mums arī gadījumā, ja Tava kontaktinformācija ir mainījusies vai nepieciešams veikt izmaiņas pašvaldību sarakstā, kurās esi gatavs nodrošināt mentoringu.**

Mentorings ir paredzēts **izglītojamajiem no 13 gadu vecuma**, kuriem ir konstatēts sociālās atstumtības vai PMP risks. Projektā mentors var sniegt atbalstu līdz **sešiem izglītojamajiem** viena semestra ietvaros, taču vienā tikšanās reizē mentors individuāli strādā tikai ar vienu izglītojamo. Vienam izglītojamajam iespējams nodrošināt ne vairāk par **20 mentoringa stundām mēnesī**.

Mentora atbalsts saņemams tikai pēc Individuālā atbalsta plāna (*turpmāk – IAP*) sagatavošanas un apstiprināšanas.

NB! *IAP ir individuāli izstrādāts plāns, kurš iekļauj datus par izglītojamo, informāciju par riskiem, plānotajiem atbalsta pasākumiem un atbalsta personālu, kas piesaistīts to nodrošināšanai.*

IAP tiek sagatavots **vienam mācību semestrim**. Ja riski nav mazinājušies un atbalsts joprojām ir nepieciešams, nākamajā semestrī izglītojamajam var tikt sagatavots jauns IAP. Projekts iesaka **īstenot mentoringu katram jauniešim vismaz vienu gadu** (divu IAP periodu ietvaros). Mācību semestru sākuma un beigu datumi atbilst spēkā esošajiem Ministru kabineta noteikumiem par konkrētā mācību gada un mācību semestru sākuma un beigu laiku un brīvdienu laiku. Profesionālās izglītības iestādēs vadītājs var noteikt atšķirīgu semestru ilgumu, ievērojot normatīvajos aktos noteiktās prasības un apstiprināto mācību plānu.

Mentoringu jauniešiem iespējams nodrošināt brīvdienās (sestdienās un svētdienās), kā arī rudens un pavasara brīvdienās, bet to nevar sniegt laikā starp mācību semestriem – ziemas vai vasaras brīvdienās. Gadījumā, ja jauniešiem ir noteikti papildu mācību pasākumi vai pēcpārbaudījumi pēc mācību gada noslēguma (un pagarinātajam IAP ir pievienota izglītības iestādes vadītāja rīkojuma kopija, kas to apliecina), ir pieļaujams nodrošināt mentoringu vasarā (bet ne ilgāk kā līdz papildu mācību pasākumu beigām).

Mentoringam jānotiek tikai **valsts valodā**. Ja jūti, ka jauniešiem ir grūti runāt latviski, izmanto to kā iespēju palīdzēt viņam iemācīties komunicēt valsts valodā.

Mentorings tiek īstenots IAP I vai II moduļa ietvaros. Tas nozīmē, ka Tavs jaunietis ir pakļauts vai nu I vai II moduļa aprakstītiem riskiem un atbilst kādai no riska grupām:

- **I modulis** – atbalsts PMP riska mazināšanai pieejams izglītojamajiem, kuri 1) par vispārējās pamatizglītības programmas apguvi ir saņēmuši tikai liecību un atkārtoti mācās 9.klasē; 2) par vispārējās pamatizglītības programmas apguvi ir saņēmuši tikai liecību un ir uzņemti profesionālās izglītības iestādē; 3) mācās 7.–9. klasē un ir pakļauti PMP riskam.
- **II modulis** – atbalsts sociālās atstumtības riska mazināšanai pieejams izglītojamajiem, kuriem konstatēts kāds no sociālās atstumtības riskiem, piemēram, izglītojamie ar speciālām vajadzībām, mācīšanās grūtībām, nelabvēlīgiem sociālajiem vai ekonomiskajiem ģimenes apstākļiem, imigrantiem, reemigrantiem, no vardarbības cietušajiem, personām ar invaliditāti vai veselības problēmām, piederību mazākumtautībai vai kādai etniskajai grupai u. c.

Proti, Tavs jaunietis var būt **vispārējās izglītības iestādes** vai **profesionālās izglītības iestādes izglītojamais**.

IAP sagatavotājs visbiežāk ir izglītības iestādes pedagogs vai kāds no atbalsta personāla. **Mentors nav atbildīgs par IAP sagatavošanu.** Ja izglītības iestāde pieņem lēmumu, ka jaunietim nepieciešams mentorings, IAP sagatavotājs sazinās ar potenciālo mentoru un pārrunā iespēju piesaistīt viņu IAP īstenošanai. Parasti tas notiek semestra sākumā (septembrī vai janvārī), bet dažreiz tas var notikt arī citā laikā.

Cerams, ka Tevi uzrunās jau pavisam drīz! Ja ir pagājis kāds laiks un Tev neviens nezvana vai neraksta, droši sazinies ar mums (skat. nodaļu "Kontaktinformācija"), un mēs mēģināsim noskaidrot, vai ir kāds jaunietis, kurš ļoti gaida Tavu atbalstu, bet līdz šim nav sadzirdēts!

PĀRRUNAS AR IZGLĪTĪBAS IESTĀDI

Izglītības iestādes ir dažādas, un to komunikācijas stili var būt atšķirīgi. Var gadīties, ka kāds IAP sagatavotājs ar Tevi sazinās telefoniski, savukārt cits raksta e-pastu. Piedāvājam Tev praktisku saziņas algoritmu, kas palīdzēs veidot produktīvu un cieņpilnu sadarbību ar izglītības iestādēm. Atceries, ka projekta sākumā izglītības iestādes var ne līdz galam saprast, **kas ir un kas nav mentorings**, jo šis atbalsta pasākums ir ienācis Latvijas izglītībā salīdzinoši nesen. Esi pacietīgs un gatavs pastāstīt par mentoringu un tā mērķiem, kā arī par sevi kā personību un mentoru, kādas aktivitātes vari piedāvāt un ar kādiem jauniešiem labprāt strādāsi.

Sarunas laikā ar IAP sagatavotāju, noskaidro:

- jaunieša profilu, t. sk. vecumu, stiprās puses, intereses un vaļaspriekus;
- IAP moduli un konkrētus konstatētos riskus, kas rosināja izglītības iestādi meklēt mentora atbalstu;
- vēlamos sasniedzamos rezultātus;
- vēlamo mentoringa stundu skaitu mēnesī (bet ne vairāk par 20 stundām vienam jauniešim mēnesī, ņemot vērā jaunieša noslodzi);
- kad un cikos jauniešim ir ērti tikties;
- citus Tev svarīgus jautājumus, kas palīdzēs pieņemt lēmumu par mentoringa īstenošanu konkrētajam jauniešim.

Tu drīksti palūgt laiku apdomāt situāciju, pirms piekrīti sniegt atbalstu, tomēr, ņem vērā, ka IAP var būt iekļauti arī citi atbalsta pasākumi, kurus jauniešis var saņemt, tikai tad, kad visi IAP iesaistītie atbalsta sniedzēji ir devuši savu piekrišanu un vajadzības gadījumā noslēguši darba līgumu. Ilgstoša vilcināšanās nozīmēs, ka jauniešis nevarēs saņemt ne tikai mentoringu, bet arī citu nepieciešamo atbalstu. Ja secini, ka neesi gatavs sniegt atbalstu, **sniedz atbildi savlaicīgi**.

Ja tomēr saproti, ka sadarbība nav iespējama, neuzskati to par neveiksmi vai zaudējumu. Iespējams, ka izglītības iestāde Tevi uzrunās sniegt atbalstu kādam citam jauniešim nākotnē. Jebkurā gadījumā – palūdz un saglabā IAP sagatavotāja vai izglītības iestādes kontaktpersonas kontaktinformāciju.

Savukārt, ja Tev ir nepieciešama papildu informācija par jauniešu, palūdz IAP sagatavotāju **organizēt tikšanos**. Šīs tikšanās formāts var būt gan klātienē, gan tiešsaistē. Ja nepieciešams, iespējams tikties ne tikai divatā, bet paaicināt arī jauniešu klases vai kursa audzinātāju, vecākus vai aizbildņus vai pašu jauniešu. Ieteicams, ka IAP sagatavo persona, kas pazīst jauniešu, tomēr dažkārt to var darīt arī cilvēks, kurš jauniešu nepazīst personīgi. Tādā gadījumā svarīgi noskaidrot, kurš cilvēks izglītības iestādē var Tev palīdzēt sagatavoties darbam ar jauniešu. Ja Tava atbilde sadarbībai ir pozitīva, nākamais solis ir darbalīguma noslēgšana un mentora kā atbalsta sniedzēja vienošanās ar izglītojamo.

Atceries – attiecību veidošana ar riska grupas jauniešu var notikt lēni. Uzticēšanās un sadarbība ir iespējama tikai tad, ja gan mentors, gan jauniešs vēlas sadarboties un kopā sasniegt izvirzītos mērķus. Ja ilgāku laiku neizdodas izveidot kontaktu ar jauniešu, pēc sarunas ar izglītības iestādes atbalsta personālu un izglītojamā vecākiem, turpmāko sadarbību ir iespējams pārtraukt. Mēģini būt elastīgs un izvērtēsavus spējas un prasmes atbilstoši situācijai.

DARBA LĪGUMA NOSLĒGŠANA

Pirms IAP sagatavotājs varēs Tevi pievienot IAP kā atbalsta sniedzēju, ar Tevi tiks noslēgts darba līgums (*turpmāk – līgums*). **Līgums tiks noslēgts uz vienu semestri vai diviem mācību semestriem (mācību gadu).** Līgumu sagatavo izglītības iestāde vai jauniešu centrs. Līguma paraugs tiks izsūtīts visiem sadarbības partneriem, t. sk. izglītības iestādēm. Izglītības iestādes ir aicinātas izmantot šo paraugu, taču to var arī papildināt, precizēt un pielāgot, saglabājot galvenos punktus. Neuztraucies, ja līgums ir nedaudz atšķirīgs, tomēr vienmēr izlasi dokumentus pirms to parakstīšanas!

Līgums par mentora atbalsta sniegšanu projektā var tikt noslēgts starp Tevi un:

- **izglītības iestādi** (ja atbalsts ir paredzēts izglītojamajiem, kuri ir reģistrēti kādā no izglītības iestādēm)

vai

- Jaunatnes likuma 5.panta septītajā daļā minētajiem **jauniešu centriem**, kas ir pašvaldības iestāde vai pašvaldības iestādes struktūrvienība, lai nodrošinātu mentora atbalsta pieejamību ārpus izglītības iestādēm (paplašinot iespējas sasniegt izglītojamos, kuri ir reģistrēti izglītības iestādē, bet neattaisnotu iemeslu dēļ kavē mācības vai vispār to neapmeklē).

No kā tas ir atkarīgs? Ja jaunietis ir vispārējās izglītības iestādes izglītojamais, tad **līgums var tikt noslēgts ar izglītības iestādi vai jauniešu centru**. Savukārt, ja jaunietis mācās profesionālās izglītības iestādē, līgumu var noslēgt tikai ar attiecīgo izglītības iestādi. Neaizmirsti, ka līguma noslēgšana var aizņemt kādu laiku, jo **izglītības iestādei jāpārbauda Tava atbilstība Izglītības likumā 50.pantā noteiktajam un jāpārliecinās, ka Tu neesi veicis Bērnu tiesību aizsardzības likuma 72.panta piektajā daļā minētos pārkāpumus**. Līgums tiks sagatavots divos eksemplāros. IAP sagatavotājs ieskenēs Tavu līgumu un augšupielādēs tā elektronisko kopiju Interaktīvajā rīkā kā datni IAP, kurā vai kuros Tu esi piesaistīts kā atbalsta sniedzējs.

INTERAKTĪVAIS RĪKS

Nodaļā "Ar ko sākt?" jau tika minēts Interaktīvais rīks, taču atkārtosim to vēlreiz.

NB! *Interaktīvais rīks ir interaktīva atbalsta platforma, kura nodrošina projekta darbības īstenošanai visas nepieciešamās darbības, t. sk. atbalsta pasākumu īstenošanu, projekta darbību saturisko dokumentu elektronisku ievadi un apstiprināšanu.*

Interaktīvā rīka adrese ir <https://is.skola-kopiena.lv>. Pamēģini autorizēties jau tagad, lai esi gatavs strādāt ar Interaktīvo rīku, kad Tevi pievienos IAP kā atbalsta sniedzēju!

Interaktīvajā rīkā Tu vari:

- pārbaudīt savu kontaktinformāciju, piederību reģionam, kā arī pašvaldības sarakstu, kurās esi gatavs nodrošināt mentoringu, sadaļā "Mentoru reģistrs";
- redzēt IAP, kuros esi piesaistīts kā atbalsta sniedzējs;
- aizpildīt, veikt izmaiņas, augšupielādēt dokumentu kopiju datnes, apstiprināt ierakstus IAP sadaļā "Mentora dienasgrāmata";
- veikt mentoringa izvērtēšanu IAP mācību semestra beigās.

Ieskaties Interaktīvā rīka sadaļā "Mentoru reģistrs" un pārliedzinies, ka Tava kontaktinformācija ir aktuāla. Sazinies ar mums, ja Tava kontaktinformācija ir mainījusies vai nepieciešams veikt izmaiņas pašvaldību sarakstā, kurās esi gatavs nodrošināt mentoringu.

Ja esi autorizējies Interaktīvajā rīkā pirmo reizi un vēl neesi piesaistīts kādam IAP kā atbalsta sniedzējs, IAP nebūs pieejami. Neuztraucies! Tu varēsi apskatīt IAP, kuriem esi piesaistīts, tiklīdz IAP sagatavotājs pabeigs sagatavot IAP un tas būs apstiprināts.

VIENOŠANĀS AR IZGLĪTOJAMO

Pirms IAP sagatavotājs var pabeigt IAP sagatavošanu un pievienot Tevi kā atbalsta sniedzēju, ir nepieciešams parakstīt un Interaktīvajā rīkā augšupielādēt divus dokumentus.

Ja jauniešs nav sasniedzis pilngadību, IAP sagatavošana tiek saskaņota ar viņa vecākiem vai likumisko pārstāvi, savukārt pilngadīgs izglītojamais IAP sagatavošanu apstiprina pats. Pamatojošie dokumenti IAP sagatavošanai un īstenošanai ir "Nepilngadīga izglītojamā vecāka vai aizbildņa iesniegums dalībai projektā" **vai** "Pilngadīga izglītojamā iesniegums dalībai projektā". Tev nav jāraizējas – **par šo parūpēsies izglītības iestāde!** Neatkarīgi no jaunieša vecuma, starp katru IAP atbalsta sniedzēju (arī Tevi – mentoru) un izglītojamo tiek noslēgts dokuments – **"Atbalsta sniedzēja vienošanās ar izglītojamo"** (*turpmāk – vienošanās*). Vienošanās ir būtisks instruments izglītojamā līdzdalības nodrošināšanai atbalsta pasākuma īstenošanā. **Vienošanās jāparaksta gan jauniešim, gan mentoram, pirms mentoringa uzsākšanas.**

Vienošanās iekļauj ne tikai informāciju par jauniešu un mentoru, bet arī šādas ailes:

- **"Situācijas apraksts"** – šajā ailē tiek īsi raksturota jaunieša pašreizējā situācija, izaicinājumi vai vajadzības, kas pamato nepieciešamību pēc mentoringa. Iekļaujama būtiskā informācija par jaunieša attīstības jomu (piemēram, mācības, karjera, sociālās prasmes, pašapziņa u. c.) un mērķiem, kurus plānots sasniegt ar mentora atbalstu. Šo aili Tev palīdzēs aizpildīt IAP sagatavotājs.
- **"Plāns situācijas risināšanai"** – šeit tiek aprakstītas plānotās darbības, paredzētās aktivitātes, tikšanās biežums, sagaidāmie rezultāti. Plāns palīdz strukturēt mentoringa procesu un nodrošina skaidru virzību uz izvirzītajiem mērķiem.
- **"Atbalsta sniedzēja apņemšanās"** – šeit tiek noteikti mentora pienākumi un atbildība mentoringa procesā. Tiek aprakstīts, kādu atbalstu mentors sniegs.

- **“Atbalsta saņēmējs apņemas”** – šajā ailē jauniešs norāda savas saistības mentoringa procesā. Parasti tajā ietilpst aktīva līdzdalība, atklāta komunikācija, uzdevumu izpilde un cieņpilna sadarbība ar mentoru, tai skaitā savlaicīga informēšana, ja nepieciešams ieplānoto tikšanos pārcelt vai atcelt.

Izmanto dokumenta parakstīšanas procesu kā iespēju vienoties ar jauniešu par organizatoriskā rakstura jautājumiem, kā arī nospraust mērķus Jūsu sadarbībai. Vienošanās jāparaksta ar roku. Vienošanās oriģināls ir jāiesniedz IAP sagatavotājam, to uzglabā izglītības iestāde. Laba ideja – nofotografēt dokumentu vai palūgt IAP sagatavotāju sagatavot dokumenta kopiju, lai vari atcerēties, par ko tieši esi vienojies ar jauniešu!

Kad abi dokumenti ir parakstīti, ir gandrīz pienācis laiks uzsākt mentoringu, bet pirms tam vēl palicis tikai viens plānošanas darbs – veikt pirmo ierakstu “Mentora dienasgrāmatā”.



ATBALSTA PLĀNOŠANA UN MENTORA DIENASGRĀMATA

Pirms pirmās tikšanās ar jauniešu Tev jāizveido pirmais ieraksts "Mentora dienasgrāmatā" (*turpmāk – dienasgrāmata*). **Dienasgrāmata ir Tavs plānošanas un atskaides rīks**, kas pieejams Interaktīvajā rīkā.

Interaktīvā rīka adrese: <https://is.skola-kopiena.lv>. Dienasgrāmatas lietošanas instrukcija pieejama projekta mājaslapā.

Dienasgrāmata ir IAP sadaļa. Katram jauniešim ir savs IAP, un līdz ar to arī sava dienasgrāmata. Ja Tu nodrošini mentoringu, piemēram, sešiem jauniešiem, Tev jāaizpilda sešas dažādas dienasgrāmatas katru mēnesi. Kalendārā mēneša sākumā mentors ievada ierakstus par šajā mēnesī plānotajām tikšanās reizēm. Dienasgrāmata sastāv no šādām ailēm:

- **"Datums"** – atbalsta pasākuma diena, mēnesis un gads.
- **"Laiks"** – atbalsta pasākuma sākums un beigas.
- **"Stundu skaits"** – atbalsta pasākuma ilgums stundās (**viena akadēmiskā stunda – 40 minūtes**). Lūdzu, norādiet tikai pilnus skaitļus (piemēram, 1, 2, 3 u.tml.). Daļskaitļu (piemēram, 0,5; 1,5; 2,5 u.tml.) izmantošana nav pieļaujama.
- **"Vieta"** – atbalsta pasākuma norises vieta, piemēram, "Liepājas Jūrmalas parks", "Daugavpils Kultūras Pils" vai "Ogres pilsētas centrs", u. tml.
- **"Tēma vai sasniedzamie rezultāti"** – īss atbalsta pasākuma apraksts, piemēram, "Pastaiga un iepazīšanās ar jauniešu", "Novadpētniecības muzeja apmeklējums" vai "Karjeras dienasgrāmatas veidošana", u. tml.
- **"Rezultāts"** – sasniegtais rezultāts, tikšanās izvērtējums.
- **"Komentārs"** – mentora novērojumi par jauniešu, papildu detaļas un piezīmes par tikšanos.

Visi lauki ir obligāti aizpildāmi, izņemot aili "Komentārs". Lūdzu, esi uzmanīgs un **neiekļauj sensitīvu informāciju par jaunieti dienasgrāmatā!** Dienasgrāmatas saturs nav pieejams IAP sagatavotājam, bet tas ir pieejams projekta darbiniekiem, lai veiktu darba stundu pārbaudi.

Plānojot tikšanos ar jaunieti, savlaicīgi ievadi informāciju ailēs "Datums", "Laiks", "Stundu skaits", "Vieta" un "Tēma vai sasniedzamie rezultāti". Pēc tikšanās aizpildi ailes "Rezultāts" un, ja nepieciešams, "Komentārs".

Katra mēneša beigās Tev jāpārbauda un jāapstiprina ieraksti dienasgrāmatā. Ja atbalsta pasākuma informācija ir mainījusies, piemēram, tikšanās datums vai laiks, ieplānotās atbalsta pasākuma stundas, veic izmaiņas pirms apstiprini ierakstus! Papildus tam Tev jāpievieno ieskenētā dokumenta "Atbalsta pasākumu īstenošanas grafiks (individuāli)" kopija kā datne dienasgrāmatai. Par to detalizētāk – nākamajā nodaļā.



ATBALSTA SNIEGŠANA UN DARBA LAIKA UZSKAITE

Tagad, kad plānošanas darbi ir pabeigti, ir pienācis laiks tikties ar jauniešu! Atceries visu, ko apguvi mentoru mācību laikā, un, ja nepieciešams, pārlasi rokasgrāmatu "Jauniešu mentoringa pamati", ko saņēmi apmācību laikā, lai pilnvērtīgi sagatavotos pirmajai tikšanās reizei.

Piedāvājam Tev dažas idejas mentoringam – tās var palīdzēt veidot jēgpilnas un attīstošas tikšanās ar jauniešu, stiprinot viņa pašapziņu, mācīšanās motivāciju un sociālās prasmes. Aktivitātes vari pielāgot jauniešu interesēm, vecumam un vajadzībām, bet galvenais ir radīt drošu un atbalstošu vidi, kurā jauniešu jūtas sadzirdēti un iedvesmoti:

- **Mērķu izvirzīšanas un plānošanas darbnīcas:** mentors palīdz jauniešiem saprast, kā noteikt īstermiņa un ilgtermiņa mērķus (piemēram, saistībā ar mācībām, profesiju, vaļaspriekiem), veidojot domu kartes vai plānu.
- **Mācīšanās stratēģiju treniņi:** kopīgi tiek meklēti veidi, kā efektīvāk mācīties (piemēram, laika plānošana, piezīmju veidošana, koncentrēšanās paņēmieni). Var iekļaut arī interaktīvas spēles un digitālus rīkus.
- **Karjeras izpētes aktivitātes:** uzņēmumu apmeklējumi, tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem. Jauniešu var veidot karjeras dienasgrāmatu, kurā pieraksta atziņas un intereses.
- **Pašapziņas un pašvērtējuma stiprināšanas nodarbības:** spēles un sarunas par stiprajām pusēm, sasniegumiem un identitāti. Mentors palīdz jauniešiem ieraudzīt savu potenciālu.
- **Emociju atpazīšanas un pārvaldības treniņi:** praktiski uzdevumi, kā atpazīt un nosaukt emocijas, kā tikt galā ar stresu vai dusmām. Var izmantot radošās metodes, piemēram, zīmēšanu, mūziku, kustību.
- **Konfliktu risināšanas un komunikācijas spēles:** lomu spēles, kur jauniešu trenē patstāvību un empātiju.
- **Radošie projekti vai izaicinājumi:** jauniešu ar mentora palīdzību veido plakātu, īsfilmu, foto sēriju vai sociālo kampaņu par sev svarīgu tēmu (piemēram, draudzība, mācības, nākotne).

- **Brīvprātīgais darbs kopā ar mentoru:** palīdzība dzīvnieku patversmē, senioru centrā, talkā u. c.
- **Kopīgas kultūras un sporta aktivitātes:** kopīga teātra, kino vai sporta pasākuma apmeklēšana, pārgājiens, velobrauciens. Neformālā vidē vieglāk veidojas uzticēšanās un sarunas par dzīvi.
- **“Manas nākotnes dienasgrāmata”:** jauniešis izstrādā vizuālu vai rakstisku plānu par to, kādu viņš vēlas savu nākotni. Mentors palīdz sadalīt to konkrētos soļos un motivē turēties pie plāna.
- **Digitālās prasmes un drošība internetā:** mentors māca, kā lietot digitālos rīkus mācībām, kā pasargāt sevi internetā, kā veidot pozitīvu digitālo tēlu.
- **Motivējošas tikšanās ar iedvesmojošiem cilvēkiem:** mentors organizē sarunas ar jauniešiem tuvām personībām, kuras dalās savā pieredzē par grūtību pārvarēšanu un mērķu sasniegšanu.

Papildu padomus, idejas un metodes mentoringam meklē mentora rokasgrāmata, kuru saņēmi mācību laikā – “Jauniešu mentoringa pamati”.

Protams, ka Tev būs arī jāatskaitās par savu darbu. Tam Tu izmantosi dokumentu – **“Atbalsta pasākumu īstenošanas grafiks (individuāli)”** (*turpmāk – grafiks*). Grafiks ietver informāciju par atbalsta pasākuma norisi un ir Tavs **galvenais atskaides dokuments, ko aizpildīsi katrā tikšanās reizē ar jauniešu**. Šo grafiku Tu saņemsi no IAP sagatavotāja vai vari izdrukāt to pats. Atceries, ka par katru jauniešu, kuram Tu nodrošini mentoringu, grafiks būs jāaizpilda atsevišķi!

Grafikā jānorāda šāda informācija:

- **"Datums"** – atbalsta pasākuma diena, mēnesis un gads.
- **"Stundu skaits"** – atbalsta pasākuma ilgums akadēmiskās stundās (viena akadēmiskā stunda – 40 minūtes). Lūdzu, norādiet tikai pilnus skaitļus (piemēram, 1, 2, 3 u. tml.). Daļskaitļu (piemēram, 0,5; 1,5; 2,5 u. tml.) izmantošana nav pieļaujama.
- **"Tēma vai sasniedzamie rezultāti"** – īss atbalsta pasākuma apraksts, piemēram, "Pastaiga un iepazīšanās ar jaunieti", "Novadpētniecības muzeja apmeklējums" vai "Karjeras dienasgrāmatas veidošana", u. tml.
- **"Atbalsta saņēmēja paraksts"** un **"Atbalsta sniedzēja paraksts"** – Tavs un jaunieša paraksts; jāparakstās ar roku katras tikšanās reizes laikā – gan mentoram, gan jaunietim.

Atceries aizpildīt un parakstīt grafiku katrā tikšanās reizē! **Bez Tava un jaunieša paraksta darba samaksa nevar tikt veikta.** Nejauc grafiku ar dokumentu "Atbalsta pasākumu īstenošanas grafiks (izglītojamo grupai)"! Tas ir paredzēts citiem atbalsta pasākumiem, kuri notiek grupās, nevis individuāli. **Grafiks nav jā sagatavo atsevišķi katram mēnesim,** Tu vari to turpināt līdz pat mācību semestra beigām.

Ja esi savlaicīgi **ievadījis un apstiprinājis** darba stundas dienasgrāmata, kā arī esi augšupielādējis grafika kopiju – nākamajā mēnesī saņemsi **darba samaksu par savu darbu.** Atceries, ka tas ir jāizdara **katru mēnesi,** kurā notika tikšanās ar jaunieti. Dati **automātiski** ielasīsies rīka darba laika uzskaites sistēmā un tos apstiprinās izglītības iestādes atbildīgā persona.

Ņem vērā, ka datiem dienasgrāmatā un grafikā jāsakrīt. Ja tie precīzi nesakrīt, darba samaksa nevar tikt veikta. Ja pamani kādu kļūdu, nekavējoties sazinies ar IAP sagatavotāju, lai veiktu labojumus!

Apstiprinot darba stundas dienasgrāmatā, ņem vērā, ka **apstiprināšanas** termiņi **izglītības iestādēs** (it īpaši gadījumos, ja tās atrodas dažādās pašvaldībās) **var atšķirties**. Pārbaudi termiņus līgumā un sazinies ar IAP sagatavotāju, lai tos precizētu, tā izvairoties no pārpratumiem.

Pēc pēdējās tikšanas reizes aizpildi grafika aili "Atbalsta sniedzēja sadarbības izvērtējums (pēc IAP īstenošanas)". Tajā īsi un konkrēti izvērtē sadarbību ar jauniem, sniedz savus secinājumus un iekļauj rekomendācijas tālākai sadarbībai vai mentoringa noslēgšanai. **Nodod visa semestra grafikus IAP sagatavotājam glabāšanai.**



ATALGOJUMS

Mentoringa pamatā ir brīvprātības princips, taču mēs augstu vērtējam mentoru ieguldījumu projektā, tāpēc Tavs darbs tiek apmaksāts. Atalgojums par faktiski pavadīto laiku ar izglītojamo tiek aprēķināts katru mēnesi, ievērojot dokumentā **“Vienas vienības izmaksu standarta likmes aprēķina un piemērošanas metodika mentoru atlīdzībai”** noteikto kārtību.

Likme ietver darba algu, atvaļinājuma izmaksas un darba devēja valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas. Likme tiek precizēta reizi gadā. Atalgojums tiek izmaksāts par iepriekšējo mēnesi **tikai pēc visu atskaišu iesniegšanas** un **tikai par faktiski nostrādātām stundām**. Atalgojums tiek aprēķināts tikai par tām stundām, kurās atbalsts patiešām ir sniegts arī gadījumos, ja izglītojamais vai mentors nolemj sadarbību pārtraukt, vai arī IAP kāda cita iemesla dēļ tiek apturēts.

Par atalgojuma jautājumiem, piemēram, darba algas izmaksas datumu, sazinies ar savu darba devēju – izglītības iestādi vai jauniešu centru, ar kuru esi noslēdzis darba līgumu. Seko līdzī savam atalgojumam un nekavējoties informē izglītības iestādi, ja pamani kādas neatbilstības.

SADARBĪBA AR IZGLĪTĪBAS IESTĀDI

Projekta mērķis ir attīstīt integrētu skolas-kopienas jeb pašvaldības **izglītības ekosistēmas pieeju**, stiprinot sadarbību starp dažādām institūcijām. Viens no šīs pieejas veicināšanas būtiskajiem aspektiem ir sadarbība starp izglītības iestādi un atbalsta sniedzējiem ārpus tās, t. sk. mentoriem.

Izglītības iestāde ir svarīgs resurss jauniešu stiprināšanai, kas palīdzēs Tev nodrošināt mentoringu. Sadarbības laikā izglītības iestāde:

- noslēdz ar Tevi līgumu (to var darīt arī pašvaldības jauniešu centrs);
- sagatavo IAP īstenošanai nepieciešamos dokumentus;
- sagatavo IAP;
- uzrauga IAP īstenošanu;
- pēc nepieciešamības veic izmaiņas IAP;
- pārbauda un apstiprina Tavas nostrādātās darba stundas;
- izmaksā atalgojumu;
- piedalās IAP izvērtēšanā un pārliecinās, ka mentors ir izvērtējis mentoringu tā ietvaros;
- uzglabā visu dokumentu oriģinālus pēc IAP beigām;
- sadarbojas un, pēc nepieciešamības, atbalsta mentoru, atbildot uz mentora jautājumiem un nodrošinot papildu informāciju.

Rekomendējam ne retāk kā reizi mēnesī informēt IAP sagatavotāju par sadarbību ar jauniešu. Pastāsti, kā norit mentorings un kas tiek plānots nākotnē. **Atceries par konfidencialitāti un mentoru ētikas kodeksu!** Tu esi jaunieša uzticamības persona – nekādā gadījumā neizpauž izglītības iestādei sensitīvu informāciju par jauniešu!

Vairāk par sadarbību ar izglītības iestādi lasi mentora rokasgrāmatā, kuru saņēmi mācību laikā – “Jauniešu mentoringa pamati”.

MENTORINGA NOSLĒGŠANA

Mentoringa noslēgums ir īpašs brīdis – gan priecīgs, gan mazliet skumjš. Priecīgs, jo tas iezīmē izaugsmi, sasniegumus un kopīgi paveikto ceļu, bet reizē arī skumjš, jo noslēdzas ciešā sadarbība, regulārās tikšanās un kopīgi piedzīvotie mirkļi.

Iespējams, ka jau esi aizvadījis pēdējo tikšanos ar jaunieti, taču Tavs darbs ar to vēl nebeidzas. Projektam ir ļoti svarīgi saņemt Tavu atgriezenisko saiti, tāpēc **mācību semestra beigās katram IAP**, kuram Tu esi piesaistīts kā mentors, ir **jāveic atbalsta pasākuma izvērtēšana**. Bez šīs izvērtēšanas nav iespējams noslēgt IAP. Lūdzu, ievēro izglītības iestādes noteiktos termiņus un izvērtē IAP savlaicīgi!

Tev būs jāatbild uz pieciem jautājumiem – trim slēgtiem jautājumiem un diviem atvērtiem jautājumiem:

- Vai mentorings mazināja IAP identificētos riskus?
- Vai mentorings stiprināja izglītojamā pašapziņu, motivāciju un cieņpilnu attiecību veidošanas prasmes?
- Vai mentorings veicināja izglītojamā personīgo attīstību?

Uz šiem jautājumiem jāatbild ar "Jā", "Nē" vai "Daļēji". Gadījumā, ja atbilde ir "Nē" vai "Daļēji", Tev būs iespēja sniegt komentāru.

Papildus tam Tev būs jāsniedz detalizēts komentārs par mentoringa rezultātiem:

- Izvērtējiet sasniegto rezultātu.
- Rekomendācijas turpmākām darbībām.

Ceturtajā jautājumā detalizēti apraksti vai plānotais sasniedzamais rezultāts ir sasniegts – kādā mērā un kādā veidā? Piektajā jautājumā sniedz rekomendācijas pēc saviem ieskatiem par turpmākām nepieciešamām darbībām, piemēram, vai nepieciešams turpināt mentoringu (cik bieži un kādā apmērā?), vai nepieciešami citi atbalsta pasākumi (kādi un kāpēc?), kā arī sniedz savu viedokli par to, kā var atbalstīt jauniešu laika perspektīvā.

Pēc IAP izvērtēšanas sazinies ar IAP sagatavotāju un informē par to, ka esi padarījis savu darbu! Šis ir arī labs brīdis vienoties, vai nepieciešams un iespējams turpināt mentoringu nākamajā mācību semestrī. Ņem vērā ne tikai IAP sagatavotāja viedokli, bet arī jaunieša vēlmes, kā arī savas iespējas.



ATBALSTS MENTORIEM – SUPERVĪZIJA

Projektā paredzēts atbalstīt ne tikai izglītojamos, bet arī atbalsta sniedzējus, t. sk. Tevi – mentoru. Viens no mentoringa pieejamiem atbalsta pasākumiem ir supervīzija.

NB! *Supervīzija ir konsultēšanas veids pieaugušo izglītībā un profesionālās darbības sistēmā, kurā supervizors un supervīzijas dalībnieki iedziļinās konkrētā ar darbu un profesionālo jomu saistītā situācijā un veic tās analīzi. Supervīzijā tiek atbalstīta, attīstīta, pārskatīta un pārraudzīta, dažkārt arī novērtēta speciālista profesionālā darbība, tās tiesiskie un profesionālās ētikas aspekti.*

Supervīzija ir būtiska arī mentoringam, jo tā sniedz iespēju analizēt darba pieredzi, pilnveidot profesionālās prasmes un mazināt emocionālo spriedzi, kas rodas, strādājot ar jauniešiem īpaši sarežģītās situācijās, vienlaikus veicinot mentoringa profesionālo izaugsmi un kvalitatīva atbalsta sniegšanu izglītojamajiem.

Supervīziju uzdevumi ir:

- pilnveidot supervīzijas dalībnieku kompetenci efektīvi nodrošināt atbalstu izglītojamajiem;
- veicināt supervīzijas dalībnieku izpratni par izglītojamo sociāli emocionālajām vajadzībām;
- paaugstināt supervīzijas dalībnieku pašefektivitāti, lai veicinātu izglītojamo apmierinātību un labbūtību, kā arī atbalstīt supervīzijas dalībnieku spēju apzināties savus resursus izdegšanas sindroma novēršanai.

Vienas **supervīzijas ilgums – 3 stundas** (180 minūtes). Supervīzijas paredzēts nodrošināt klātienē. Katrai mērķgrupai ir paredzēts veidot savu supervīzijas grupu, kuras dalībnieki strādā ar vienas mērķauditorijas izglītojamajiem. Detalizētāka informācija par supervīzijām būs pieejama 2026. gadā.

10 MENTORINGA SOĻU KONTROLSARAKSTS

Lai Tava mentoringa pieredze būtu veiksmīga, izmanto "10 mentoringa soļu kontROLSarakstu". Tas palīdzēs Tev soli pa solim sekot projekta prasībām un sasniegt izvirzītos mērķus.

- Pārrunas ar IAP sagatavotāju par mentoringa uzsākšanu.
- Darba līguma parakstīšana.
- Dokumenta "Atbalsta sniedzēja vienošanās ar izglītojamo" aizpildīšana un parakstīšana.
- IAP apstiprināšana.
- Tikšanās ar jauniem, dokumenta "Atbalsta pasākumu īstenošanas grafiks (individuāli)" parakstīšana katrā tikšanās reizē ar roku.
- Dalība supervīzijās – pēc iespējas un nepieciešamības.
- Interaktīvā rīka IAP sadaļas "Mentora dienasgrāmata" aizpildīšana katru mēnesi.
- Dokumenta "Atbalsta pasākumu īstenošanas grafiks (individuāli)" pārbaude, ieskenēšana un kopijas augšupielāde IAP katra mēneša noslēgumā.
- Mentoringa izvērtēšana Interaktīvajā rīkā IAP beigās.
- Pārrunas ar IAP sagatavotāju par mentoringa noslēgšanu vai turpināšanu nākamajā mācību semestrī.

Ja vari atzīmēt visus desmit lodziņus – apsveicu! Tu esi pilnīgi nodrošinājis mentoringu jauniešiem projektā "Skola – kopienā"!

BIEŽĀK UZDOTIE JAUTĀJUMI

Šeit apkopoti biežāk uzdotie jautājumi un atbildes uz tiem:

Vai varu zvanīt izglītības iestādēm un piedāvāt būt par mentoru?

Tas nav vēlams. Izglītības iestādes sazināsies ar Tevi. Ja ir pagājis kāds laiks un ar Tevi neviens nav sazinājies, sazinies ar mums (skat. nodaļu "Kontaktinformācija") un mēs mudināsim izglītības iestādes izmantot mentoringu kā atbalsta pasākumu.

Vai man jāparaksta darba līgums par katru jauni, kuram īstenoju mentoringu?

Tas ir atkarīgs no situācijas. Ja Tu nodrošini mentoringu vairākiem jauniešiem no vienas izglītības iestādes, Tev nav jāparaksta darba līgums par katru, jo līgumā ir noteikts, ka Tu vari nodrošināt mentoringu līdz pat sešiem jauniešiem, t. sk. vienā izglītības iestādē. Ja jaunieši ir no dažādām izglītības iestādēm, ar katru izglītības iestādi būs jānoslēdz savs līgums.

Vai darba līgums jāparaksta ar roku vai iespējams to parakstīt elektroniski?

Tas ir atkarīgs no Tava darba devēja. Lūdzu, precizē to, sazinoties ar izglītības iestādi vai jauniešu centru, ar kuru slēdz līgumu.

Vai projekts sedz ceļa izdevumus un/vai citas ar mentoringu saistītās izmaksas, piemēram, kopīgas kafijas pauzes vai ieejas biļetes?

Nē. Projekts apmaksā tikai faktiski ar jauni nostrādātās stundas, ievērojot dokumentā "Vienas vienības izmaksu standarta likmes aprēķina un piemērošanas metodika mentoru atlīdzībai" noteikto.

Vai projekts apmaksā sagatavošanos mentoringam?

Nē. Projekts apmaksā tikai faktiski ar jauni nostrādātās stundas.

Vai varu nodrošināt mentoringu attālināti vai tiešsaistē?

Nē. Atbalstam jānotiek klātienē, vēlams – ārpus izglītības iestādes.

Vai man obligāti jāsadarbojas ar jaunieša vecākiem?

Tas ir atkarīgs no situācijas, Tavām iespējām, jaunieša vēlmēm un izglītības iestādes rekomendācijām. Sadarbība ar vecākiem nav obligāta prasība.

Cik bieži man jātiekas ar jauniešu?

Tas ir atkarīgs no situācijas. Vēlams ievērot samērīguma principu un ņemt vērā jaunieša noslodzi izglītības iestādē un ārpus tās, kā arī jaunieša vēlmes. Drošākais variants – vismaz vienreiz nedēļā, jo arī pārāk retas tikšanās varētu kavēt mentoringa mērķu sasniegšanu.

Vai varu tikties ar jauniešu brīvdienās?

Jā, bet iepriekš apvaicājies, vai jauniešiem tas ir ērti.

Ja mēneša ietvaros nav noticis mentoringi, vai man ir par to jāatskaitās?

izglītības iestādei jāiesniedz atskaite arī par neīstenotajiem atbalsta pasākumiem, tāpēc pārliedies, ka "Mentora dienasgrāmatā" ir dzēsti neaktīvie ieraksti (vai tiem ir laboti datumi). Drošības nolūkā par esošo situāciju informē arī LAP sagatavotāju.

Cik garai jābūt vienai tikšanās reizei?

Tas ir atkarīgs no situācijas. Vēlams ievērot samērīguma principu un ņemt vērā jaunieša noslodzi izglītības iestādē un ārpus tās. Viens no iespējamajiem variantiem ir 2–3 stundas.

Tikšanās reize bija divas ar pusi stundas. Vai man jāieraksta "2" vai "3" stundas dokumentā "Atbalsta pasākumu īstenošanas grafiks (individuāli)"?

Grafikā jāieraksta "2". Noapaļošana par nepilnām darba stundām notiek uz leju. Ņem vērā, ka projektā darba uzskaitē tiek veikta, izmantojot akadēmiskās stundas (viena akadēmiskā stunda – 40 minūtes). Tātad, ja tu esi pavadījis ar jauniešu divas akadēmiskās stundas (120 minūtes), tās ir trīs akadēmiskās stundas, tātad, atskaitē Tev jāieraksta "3".

Vai varu nodrošināt mentoringu vairākiem jauniešiem vienuviet un vienā laikā, piemēram, grupā?

Nē. Mentorings ir individuāls atbalsta pasākums un vienā tikšanās reizē mentors individuāli strādā tikai ar vienu izglītojamo.

Es nevaru pieslēgties Interaktīvajam rīkam, ko darīt?

Pagaidi kādu laiku un mēģini vēlreiz. Ja tas nenestrādā, ir vērts iztīrīt pārlūkprogrammas (Google Chrome, Microsoft Edge, Safari, u. c.) sīkdatnes (angļu val. "cookies"). Ja tas tomēr problēmu neatrisina vai arī Tev ir citi jautājumi par Interaktīvo rīku, lūgums sazināties ar attiecīgā reģiona projekta vadības un īstenošanas nodaļas reģionālo koordinatoru.

Vai iespējams mainīt mentoringa stundu skaitu mēnesī?

Jā. IAP sagatavošana ietver arī regulāru izglītojamā monitoringu un novērtēšanu, kas nodrošina atbilstošu atbalsta pielāgošanu. Izglītības iestādei jāveic regulārs monitorings un jāņem vērā katra izglītojamā individuālās vajadzības, tādēļ IAP aktualizēšanu iespējams īstenot visa mācību semestra laikā. Sazinies ar IAP sagatavotāju un pamato savu lēmumu mainīt stundu skaitu mentoringam (bet tās kopā nedrīkst pārsniegt 20 stundas mēnesī), bet atceries saskaņot to ar jauniešu.

Ko darīt, ja es saslimstu?

Atpūties, atgūsti spēkus un seko ārsta norādījumiem, kā arī pēc iespējas ātrāk pabrīdini par to gan jauniešu, gan IAP sagatavotāju, kā arī savlaicīgi veic izmaiņas "Mentora dienasgrāmatā".

Ko darīt, ja jauniešis saslimst?

Novēli jauniešiem ātru izveseļošanos un savlaicīgi veic izmaiņas "Mentora dienasgrāmatā".

Es pazaudēju parakstu lapu. Ko tagad?

To nāksies sagatavot no jauna. Informē IAP sagatavotāju par situāciju.

Vai mentoringu drīkst pārtraukt semestra vidū?

Tas nav vēlams, bet tas ir iespējams, ja tam ir gana nopietns iemesls. Sazinies ar IAP sagatavotāju un pārrunā situāciju. Ja visas puses piekrīt pārtraukt sadarbību, tad IAP sagatavotājs veiks izmaiņas IAP. Tev tāpat būs jāpiedalās IAP izvērtēšanā, kurā būs jānorāda un jāpamato mentoringa pārtraukšanas iemesli.

Esmu noslēdzis mentoringu pirms mācību semestra beigām. Vai varu veikt atbalsta pasākuma, t.i. mentoringa, izvērtēšanu Interaktīvajā rīkā jau tagad?

Nē. Tev būs jāsagaida, kad IAP sagatavotājs uzsāks IAP izvērtēšanu. Semestra noslēgumā pārbaudi, vai Tev ir pieejama izvērtēšana Interaktīvajā rīkā, vai arī sazinies ar IAP sagatavotāju!

Esmu mainījis savu dzīves vietu, bet gribu turpināt strādāt par mentoru. Vai varu mainīt pašvaldību sarakstu, kurās nodrošinu mentoringu, un reģionālo piederību?

Jā. Lūdzu sazinies ar attiecīgā reģiona projekta vadības un īstenošanas nodaļas reģionālo koordinatoru un lūdz aktualizēt informāciju Interaktīvajā rīkā.

Kā pieteikties supervīzijai?

Šobrīd tas vēl nav iespējams. Detalizētāka informācija par supervīzijām būs pieejama 2026. gada sākumā. Mēs noteikti informēsim Tevi, kad šis atbalsts būs pieejams.

NODERĪGIE MATERIĀLI

Šeit uzskaitīti materiāli, kas Tev var nodēt, sniedzot atbalstu projektā:

1. Projekta mājaslapa – uzzini jaunākās ziņas un seko līdzi projekta aktualitātēm.
2. Dokuments "Projekta "Skola – kopienā" darbību īstenošanas vadlīnijas sadarbības partneriem" – projekta pamatdokuments, kurā detalizēti aprakstīti projekta īstenošanas nosacījumi.
3. Interaktīvā rīka lietošanas instrukcijas, veidlapu paraugi, dokumenti darba tiesisko attiecību nodibināšanai un citi projekta dokumenti atrodami projekta mājaslapā.
4. Mentora rokasgrāmata, kuru saņēmi mācību laikā – "Jauniešu mentoringa pamati". Ja esi to pazaudējis, sazinies ar mums un mēs Tev to nosūtīsim atkārtoti.
5. Informatīvie materiāli, kas izstrādāti "Eiropas Sociālā fonda projekta Slimību profilakses un kontroles centra organizēti vietēja mēroga pasākumi sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei pašvaldībās" (identifikācijas Nr. 9.2.4.2/16/I/106) ietvaros par fiziskām aktivitātēm, psihisko veselību, veselīgu uzturu, atkarībām, seksuālo un reproduktīvo veselību.
6. Veselības ministrijas īstenotā Eiropas Sociālā fonda projekta "Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi" (identifikācijas Nr.9.2.4.1/16/I/001) ietvaros izstrādātās vadlīnijas un rekomendācijas par ņirgāšanās izplatības mazināšanai izglītības vidē.

KONTAKTINFORMĀCIJA

Ja Tev ir jautājumi par **Interaktīvo rīku** vai **nepieciešams veikt izmaiņas Tavā kontaktinformācijā vai pašvaldību sarakstā**, lūgums sazināties ar attiecīgā reģiona Projekta vadības un īstenošanas nodaļas reģionālo koordinatoru vai projekta vadības un īstenošanas nodaļas reģionālo ekspertu. Projekta darbinieku kontaktinformācija ir atrodama [projekta mājaslapā](#).

Paldies Tev un veiksmi mentoringā!

