



# **Motivācijas programmas realizācija Sociālās integrācijas valsts aģentūrā**

---

**personām ar invaliditāti vai prognozējamo invaliditāti**

**Katarina Krumpļevska,**  
Profesionālās rehabilitācijas  
atbalsta nodaļas psiholoģe



# Motivācija:

- ir pamudinājums, ierosme, kas rosina darboties, lai sasniegtu izvirzīto mērķi;
  
- nosaka:
  - 1) aktivitātes izvēli;
  - 2) darbības intensitāti;
  - 3) darbības noturīgumu;
  - 4) darbības izpildes kvalitāti.



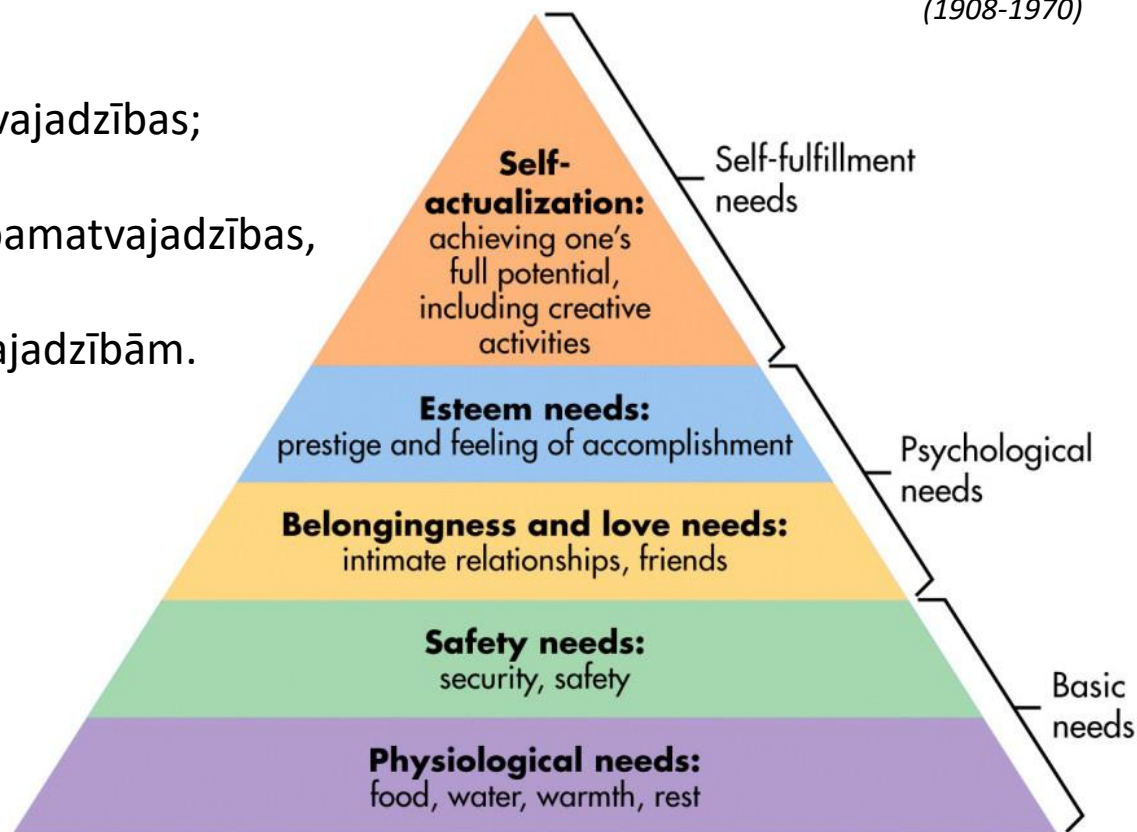
# Humānistiskā teorija



Abraham Maslavs  
(1908-1970)

## Maslova vajadzību hierarhija (1943.g.)

- ✓ Darbības apmierina noteiktas vajadzības;
- ✓ Cilvēki ir motivēti apmierināt pamatvajadzības, pirms pāriet pievēršas citām vajadzībām.





# Seligmana PERMA izaugsmes modelis (2011)

1. Pozitīvas emocijas
2. Iesaistīšanās darot
3. Pozitīvas attiecības
4. Jēga un mērķi
5. Sasniegumi





# Kā ietekmēt motivāciju mācību iestādē?

Iekšējā motivācija	Ārējā motivācija
<ul style="list-style-type: none"><li>• Paskaidrot un parādīt, kāpēc apgūt konkrētu saturu vai prasmi ir svarīgi;</li><li>• Ļaut izglītojamajiem izvēlēties mācību mērķus un izvirzīt uzdevumus;</li><li>• Radīt un uzturēt zinātkāri;</li><li>• Izvirzīt mācību mērķus;</li><li>• Pielāgot mācības izglītojamo vajadzībām;</li><li>• Palīdzēt izglītojamajam definēt reālus, sasniedzamus rezultātus.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sniegt skaidras ekspektācijas;</li><li>• Sniegt korektu atgriezenisko saiti;</li><li>• Novērtēt sasniegto;</li><li>• Dot iespēju mācīties no labas prakses piemēriem;</li><li>• Dot iespēju iesaistīties sociāli aktīvā mācību procesā.</li></ul>

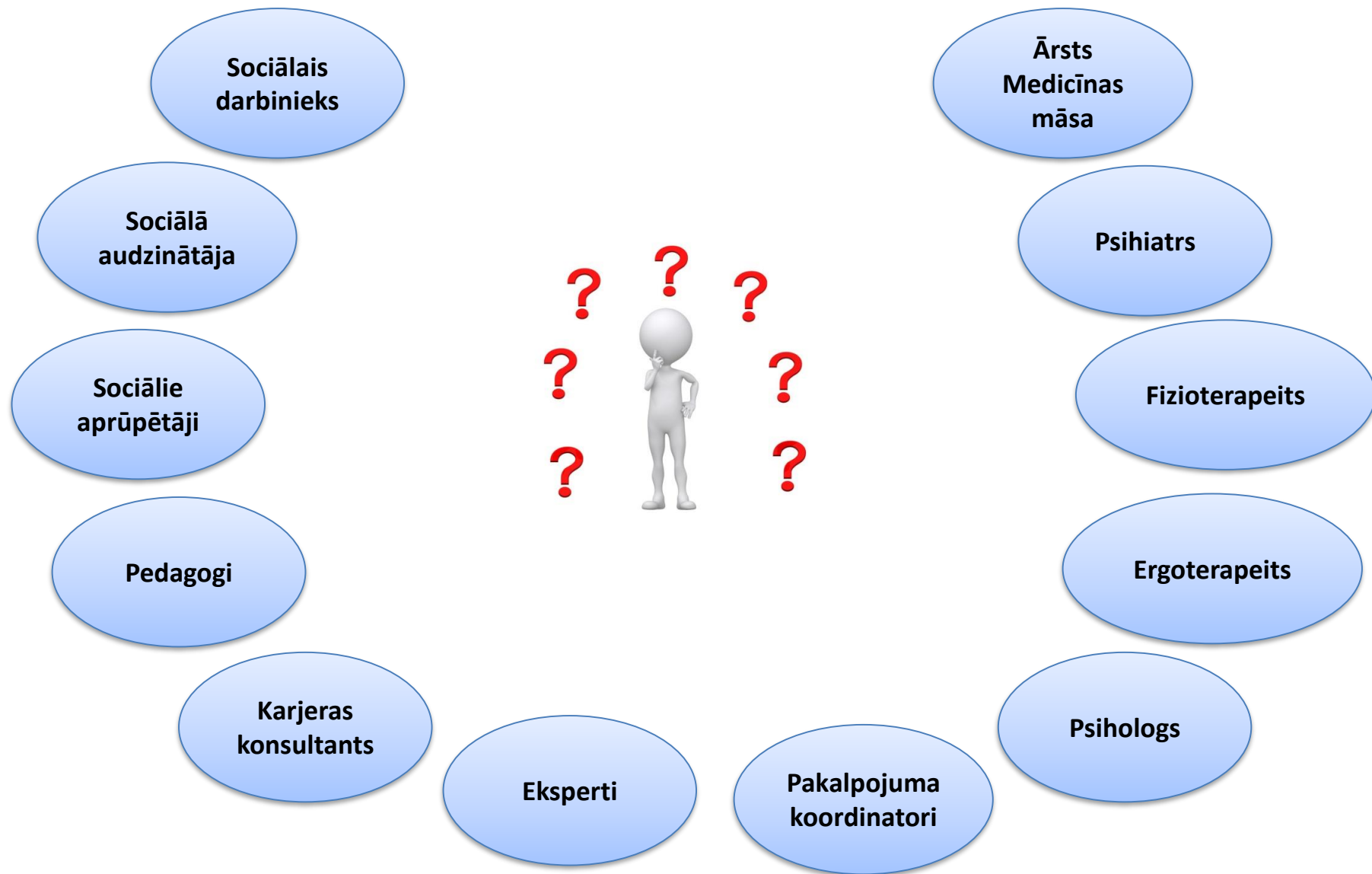


Sociālās integrācijas  
valsts aģentūra

**Motivācijas programmas mērķis –** Jūrmalas profesionālās vidusskolas (turpmāk - JPV) un SIVA Koledžas mācību vides veidošana, kurā izglītojamais var sevi mērķtiecīgi attīstīt, sadarbojoties ar profesionālās piemērotības noteikšanas (turpmāk - PPN) speciālistiem, profesionālās rehabilitācijas pakalpojuma speciālistiem, JPV un Koledžas darbiniekiem.

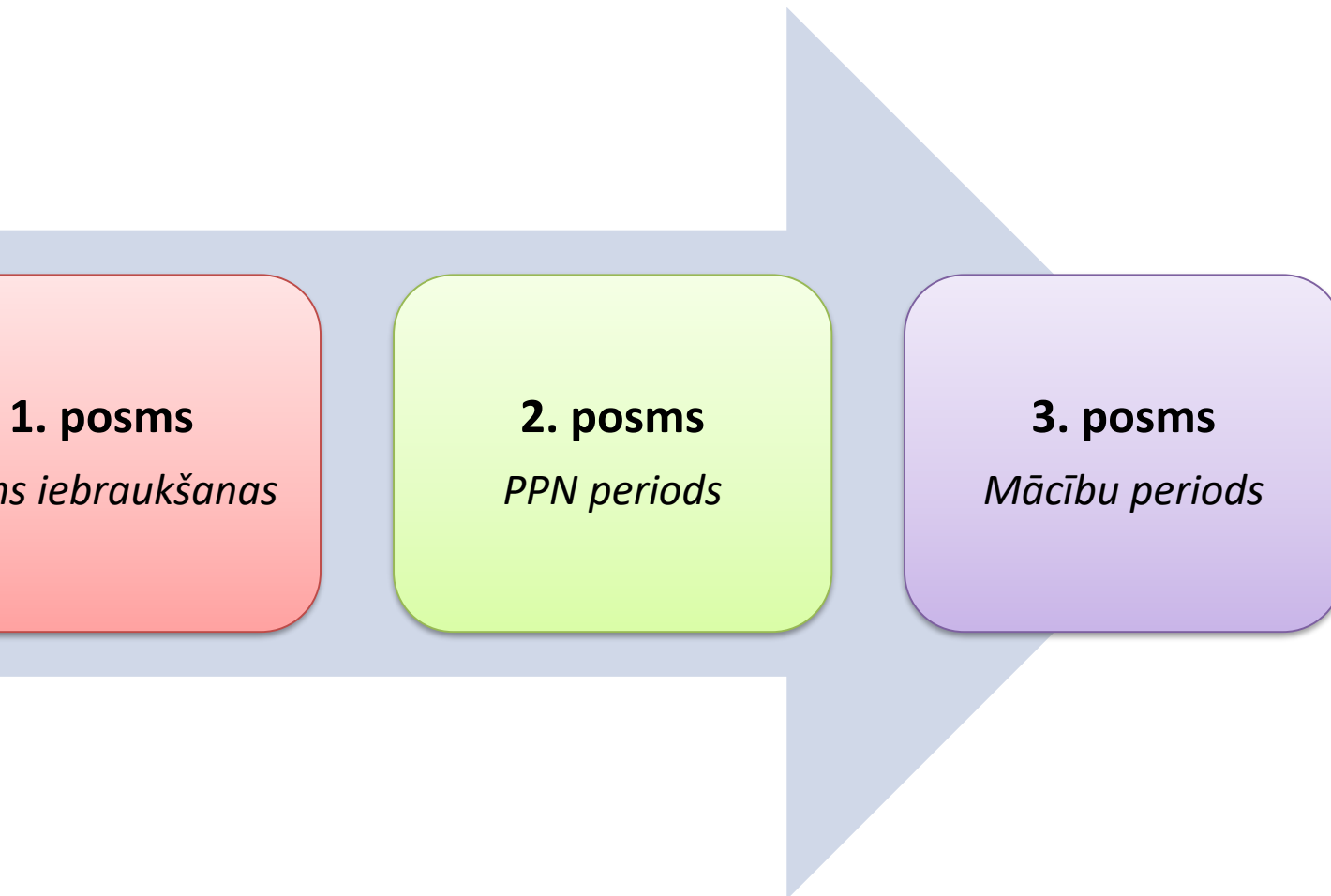


# Multidisciplāra komanda





# Motivācijas programmas īstenošanas posmi







# Grupu nodarbības

Posms	Nodarbību tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
<b>PPN periods</b>	<i>Motivācijas un identitātes meklējumi</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Saņem atbalstu, uzmanību un iedrošinājumu.</li><li>✓ Tiek uzklausīts, saprasts un pieņemts.</li><li>✓ Saņem informāciju.</li></ul>
<b>Mācību periods</b>	<i>Iepazīšanās un sevis apzināšanās</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Atpazīst savas emocijas un pārdzīvojumus.</li><li>✓ Vēro sevi, apzinās savas spējas un prasmes.</li></ul>
	<i>Vajadzības un motivācija</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Izprot, ka cilvēkiem ir dažādas vajadzības.</li><li>✓ Izprot dažādus motivācijas veidus.</li><li>✓ Nosaka savas vajadzības, motīvus un spējas.</li></ul>
	<i>Mērķi un risinājumi</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Apzinās mērķa vērtību.</li><li>✓ Izstrādā plānu mērķa sasniegšanai.</li><li>✓ Apzinās, kā mērķus varētu realizēt.</li></ul>
	<i>Brīvība, robežas un atbildība</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Apzinās, ko nozīmē būt atbildīgam un kā ievērot robežas.</li></ul>
	<i>Konfliktu risināšana</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Apzinās konfliktu esamību un mācās tās izprast.</li></ul>
	<i>Dusmas – kā ar tām tikt galā?</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Apzinās, kā mazināt dusmas.</li></ul>
	<i>Savstarpējās attiecības</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Veido attiecības ar citiem, pamatojoties uz cieņu, sapratni un draudzīgumu.</li><li>✓ Mācās panākt vienošanos.</li></ul>
	<i>Uztvere</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Mācās izvērtēt situāciju.</li></ul>
	<i>Pieņemšana un piedošana</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Izprot, kā lūgt piedošānu un samierināties ar situāciju.</li></ul>
	<i>Kā rīkoties ar laiku?</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Prot novērtēt, kā tiek plānots laiks.</li><li>✓ Apzinās, kā panākt vēlamās izmaiņas sevī.</li></ul>



## Darba gaita

- Mācību gada sākumā vizītes pie katras grupas, audzēkņi tiek iepazīstināti ar:
  - psihologa sniegtajiem pakalpojumiem;
  - tiek organizēta ievadnodarbība (grupas aplis);
  - audzēkņi veido kolāžu, kas reprezentē viņu personības;
- Audzēkņiem, ja viņi to vēlas, ir iespēja saņemt individuālas konsultācijas;
- Ja rodas konflikti vai problēmsituācijas, tad audzēkņi var saņemt individuālas vai grupas konsultācijas.



# Darba gaita

- Noslēdzošajā nodarbībā pirms prakses tiek izvērtētas:
  - iegūtās prasmes;
  - motivācija;
- Tiek analizētas vajadzības, mērķi, vēlmes, ekspektācijas;
- Tiek noteikts, kas ir izdarīts un kas vēl ir jādara.



# Secinājumi

- Realizējot motivācijas programmu, audzēkņiem tiek sniegts:
  - atbalsts ikdienas un sarežģītās situācijās;
  - iespēja analizēt savas vēlmes, motivāciju un vajadzības;
  - iespēja domāt par izvirzītajiem mērķiem;
  - apzināties savu mērķu realizācijas stratēģijas;
- Iespēju mazināt psiholoģisko spriedzi – tiek sniegta iespēja būt aktīvi uz klausītam;
- Iespēja attīstīt saskarsmes prasmes, iesaistoties pilnvērtīgā, analītiskā komunikācijā;
- Audzēkņiem ir iespēja mācīties izvirzīt īstermiņā sasniedzamus mērķus, kas dod iespēju plānot savu profesionālo nākotni – perspektīvā (iespēju robežās) atrodot savu vietu darba tirgū.

# Literatūra

1. Franken, R. (2006). *Human motivation (6th ed.)*. Florence, KY: Wadsworth.
2. Huitt, W. (2011). *Motivation to learn: An overview*. *Educational Psychology Interactive*.
3. Kern, M. L., Waters, L.E., Adler, A., & White, M.A. (2014). *A Multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework*.
4. Kleinginna, P. & Kleinginna A. (1981). *A categorized list of motivation definitions, with suggestions for a consensual definition*. *Motivation and Emotion*, 5, 263-291.
5. Maslow, A. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.
6. Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
7. Stenberg, R. (1994). *In search of the human mind*. New York: Harcourt Brace.
8. Stipek, D. (1988). *Motivation to learn: From theory to practice*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.



Sociālās integrācijas  
valsts aģentūra

# Paldies par uzmanību!

Sociālās integrācijas valsts aģentūra  
Skolas iela 61/68, Jūrmala, Latvija, LV-2015

*Katarina Krumpļevska*  
Profesionālās rehabilitācijas atbalsta nodaļas psihologs  
Tālr. +371 27083832  
Epasts: [Katarina.Krumpļevska@siva.gov.lv](mailto:Katarina.Krumpļevska@siva.gov.lv)