

**Atbalsta sistēmas un mehānismu izvērtēšana jauniešu ar ierobežotām
iespējām sociālajai un ekonomiskajai iekļaušanai Valmieras novadā**

Gala ziņojums

*Projekts īstenots Izglītības un zinātnes ministrijas Jaunatnes politikas valsts programmas
2025.- 2027. gadam valsts budžeta finansējuma ietvaros*

Pētījuma autori:

Anna Broka, PhD Socioloģijā un sociālajā darbā

Agita Šmitiņa, Dr.sc.admin., Darba un organizāciju psiholoģe

Ēriks Ralfs Blauberģs, ViA 4. kursa student

Sagatavots saskaņā ar Līgumu Nr. 06.21/9.118.2/25/2

Valmierā, 30. oktobrī, 2025. gadā



Saturs

1. Pētījuma protokols un uzdevuma izpilde	3
2. Pētījuma instrumenta teorētiskais pamatojums un aptaujas apraksts.....	6
2.1. Teorētiskais pamatojums	6
2.2. Pētījuma metodes apraksts aptaujai	7
3. Pētījuma konceptuālais ietvars	9
3.1. Ierobežotas iespējas un ievainojamības koncepts sociālajās zinātnēs	10
3.2. Riski, kas ierobežo jauniešu iespējas	11
3.3. Nacionālā līmeņa attīstības plānošanas ietvars	12
3.4. Valmieras novada pašvaldības atbalsta pasākumi jauniešiem	13
4. Pētījuma rezultāti	19
4.1. Demogrāfiskie dati.....	19
4.2. Sociālie šķēršļi.....	21
4.2.1. <i>Jauniešu apmierinātība ar dzīvi izvērtēta pēc vecuma, dzimuma un dzīvesvietas.....</i>	<i>21</i>
4.2.2. <i>Jauniešu apmierinātība ar dažādiem dzīves aspektiem.....</i>	<i>23</i>
4.2.3. <i>Apmierinātība ar sadzīves apstākļiem mājās</i>	<i>24</i>
4.3. Veselības stāvoklis, mentālā veselība un apmierinātība ar savu izskatu	32
4.3.1. <i>Veselības stāvoklis</i>	<i>32</i>
4.3.2. <i>Jauniešu mentālā veselība</i>	<i>39</i>
4.3.3. <i>Aktīvs dzīvesveids, attiecības, brīvā laika iespējas un nodarbošanās</i>	<i>48</i>
5. Ekonomiskie šķēršļi līdzdalībai	55
5.1. Apmierinātība ar to, kas pieder	55
5.2. Dzīves līmeņa izmaiņas un pamatvajadzību nodrošināšana	56
5.3. Jauniešu aktivitātes	60
5.4. Izglītības iespējas un pašizaugsme.....	61
5.5. Atbalsta pasākumi, sociālie pakalpojumi un sociālie palīdzība.....	64
5. Pilsoniskā līdzdalība	78

1. Pētījuma protokols un uzdevuma izpilde

Projekta mērķis ir analizēt jauniešiem ar ierobežotām iespējām pieejamos valsts un pašvaldības nodrošinātos pasākumus un atbalsta mehānismus Valmieras novadā, kā arī identificēt galvenos šķēršļus, kas ierobežo piekļuvi izglītībai, veselībai un veselības aprūpei, nodarbinātībai, sociālajiem pakalpojumiem un sabiedrības līdzdalības paaugstināšanai.

Mērķa grupa ir Valmieras novadā deklarētie jaunieši vecumā no 13 līdz 25 gadiem, īpaši tie, kuri ir pakļauti paaugstinātam sociālajam riskam pārejas posmā no bērnības uz pieaugušo dzīvi. Pēc Centrālās statistikas pārvaldes (CSP) datiem Valmieras novadā ir 6628 jaunieši vecumā no 13 - 25 gadiem, no tiem Valmieras pilsētā - 3025, Valmieras novadā – 3603 (CSP dati, 2024.g.).

Eiropā un Latvijā grupas ar **ierobežotām iespējām** (angļu valodā bieži dēvētas par *people with fewer opportunities* vai *vulnerable groups*) tiek definētas dažādos politikas dokumentos un programmās, tostarp izglītības, sociālās iekļaušanas un nodarbinātības jomās. Šīs definīcijas var nedaudz atšķirties atkarībā no konteksta (piemēram, Erasmus+, sociālā politika, nabadzības mazināšana u.c.). Saskaņā ar **Eiropas Komisijas** (piemēram, Erasmus+ programmas) dokumentiem par **personām ar ierobežotām iespējām** uzskata tās, kuras saskaras ar vienu vai vairākiem šādiem šķēršļiem:

Sociālie šķēršļi – piederība nelabvēlīgām sociālajām grupām (piemēram, bērni no nepilnām ģimenēm, bērnunamieki, bezpajumtnieki, vardarbību pieredzējuši cilvēki).

Ekonomiskie šķēršļi – zemi ienākumi, bezdarbs, atkarība no sociālās palīdzības, dzīvošana trūcīgos apgabalos.

Fiziski šķēršļi – cilvēki ar invaliditāti vai hroniskām veselības problēmām.

Kultūras atšķirības – migrantu, bēgļu vai etnisko minoritāšu pārstāvji, valodas barjeras.

Izglītības šķēršļi – zemāks izglītības līmenis, mācību pārtraukšana, mācīšanās grūtības.

Ģeogrāfiskie šķēršļi – dzīvošana lauku, attālos vai mazāk attīstītos reģionos.

Dzimuma vai vecuma diskriminācija, tostarp jaunieši vai seniori, kas saskaras ar nevienlīdzību.

Latvijas likumos nav vienotas, visās jomās vienādi piemērojamas definīcijas, taču šādas grupas bieži tiek identificētas dažādās politikās:

Sociālās atstumtības riskam pakļautās grupas, kas tiek minētas Nacionālajā attīstības plānā, sociālās aizsardzības stratēģijā, izglītības un nodarbinātības politikas dokumentos, piemēram, Jaunatnes politikas pamatnostādņēs:

- Personas ar invaliditāti;
- Personas ar zemiem ienākumiem;
- Bērni no trūcīgām/ maznodrošinātām ģimenēm;
- Bezdarbnieki un ilgstoši darba nespējīgie;
- Romi, bēgļi, īpaši ārpus Rīgas reģiona;
- Personas ar zemu izglītības līmeni vai bez profesionālās kvalifikācijas;
- Jaunieši NEET statusā (jaunieši, kuri nemācās, nestrādā un neapgūst arodu).

Gan ES, gan Latvijā definīciju mērķis ir identificēt personas, kuriem nepieciešams papildu atbalsts, lai viņi varētu pilnvērtīgi piedalīties sabiedrības, izglītības un darba dzīvē. Šīs grupas bieži vien ir pakļautas vairākiem riskiem vienlaikus, tādēļ politikas pasākumos nepieciešama starpsektoru (horizontāla) pieeja.

Mērķa grupas vajadzības, kuras tiks risinātas projekta ietvaros:

- Detalizēta situācijas izpēte un datu apkopošana:
- Atbalsta mehānismu apzināšana:
- Ieteikumi iekļaušanas un integrācijas uzlabošanai:
- Labāku atbalsta rīku izstrāde:
- Sistemātiska pieeja jauniešu ar ierobežotām iespējām vajadzību apzināšanai:
- Praktiski dati, lai izstrādātu efektīvu jaunatnes politiku:

Pētījuma procesā tika veiktas sekojošas pētnieciskās aktivitātes:

1. **Dokumentu analīze** – iepazīšanās ar normatīvo regulējumu, politikas plānošanas dokumentu un pašvaldības dokumentu izpēte, lai identificētu atbalsta pasākumus.

2. **Anketēšana** jauniešu vidū (13-25 gadi), lai noskaidrotu viņu pieredzi, vajadzības un šķēršļus saistībā ar izglītību, veselību, nodarbinātību un sabiedrības līdzdalību. Aptaujas veikšana reprezentatīva izlase no populācijas (N = 6628) ar 95% konfidences līmeni un 5% kļūdas robežu, nepieciešams aptuveni n=365 respondentu izlases lielums (ar rezervi).

Lai aprēķinātu atbilstošu izlases lielumu no 6628 jauniešu vecumā no 13 līdz 25 gadiem, vispirms ir noteikts ticamības (Z), kļūdas robežu (e) un populācijas līmenis (p).

Pieņemot, ka:

Ticamības līmenis (Z): 95% (Z = 1,96)

Kļūdas robeža (e): 5% (e=0,05)

Iedzīvotāju īpatsvars (p): p=0,5.

Aprēķinā izmantotā formula:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{e^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}$$

N=6628

Z=1.96

P=0.5

E=0.05

$$n = \frac{6628 \cdot (1.96^2) \cdot 0.5 \cdot 0.5}{0.05^2 \cdot (6628 - 1) + (1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5)} \approx \frac{6628 \cdot 3.8416 \cdot 0.25}{0.0025 \cdot 6627 + 0.9604} \approx \frac{6367.7}{17.5679 + 0.9604}$$
$$n \approx \frac{6367.7}{18.5283} \approx 343.6$$

Izlases kopējais aprēķinātais lielums ir: N= 344 respondenti. Aptaujā iegūtas derīgas atbildes N=643. Aprēķinā sadalot respondentus pilsētas un pārējā Valmieras novada teritorijā izmantota sekojošs sadalījums:

Pilsēta:

$$\frac{3025}{6628} \times 344 \approx 157$$

Valmieras novada teritorija:

$$\frac{3603}{6628} \times 344 \approx 187$$

Pētījumā konstatēts ierobežojums, ka jaunieši vecumā no 22-25 gadiem un vecāki ir grūtāk sasniedzami, jo viņi bieži atrodas ārpus Valmieras novada administratīvajām robežām—studiju, darba vai citu dzīves apstākļu dēļ. Tas ietekmē viņu pieejamību dalībai pētījumā un var samazināt šīs vecuma grupas pārstāvniecību iegūtajos datos.

3. Lai sasniegtu īpaši grūtāk sasniedzamās jauniešu grupas, tostarp personas ar funkcionāliem vai citiem ierobežojumiem, tika veiktas **15 padziļinātās daļēji strukturētas intervijas ar jauniešiem un viņu ģimenēm**. Interviju organizēšanai tika izmantoti pakalpojumu sniedzēji un speciālisti, kas strādā ar šīm mērķa grupām vai nodrošina viņiem atbalsta pakalpojumus.

4. Pētījuma ietvaros tika organizētas **divas fokusgrupas ar sievietēm vecumā no 20 līdz 25 gadiem**, kuras ir NEET statusā (nemācās, nav nodarbinātas un nav iesaistītas sabiedriskās aktivitātēs). Fokusgrupas tika īstenotas ar biedrības starpniecību, lai veicinātu šo jauniešu līdzdalību. Tāpat tika organizētas **divas fokusgrupu diskusijas** ar Valmieras novada pašvaldības jaunatnes lietu speciālistiem, izglītības iestāžu, un citiem pakalpojumu sniedzējiem, lai identificētu problēmas un izstrādātu rekomendācijas iespējamajiem atbalsta risinājumiem jauniešu situācijas uzlabošanai.

5. **Gadījumu analīze** (case study) – konkrētu grūtībās esošo jauniešu pieredzes izpēte, lai identificētu veiksmīgus un neveiksmīgus piemērus jauniešu atbalsta sistēmas stiprināšanai.

6. **Nodevums:** 1 gala ziņojuma sagatavošana.

2. Pētījuma instrumenta teorētiskais pamatojums un aptaujas apraksts

2.1. Teorētiskais pamatojums

Šajā pētījumā ir izmantota T.H. Māršala pilsonības teorija (1950.g.), kas palīdz izprast, kā pilsoniskās tiesības, politiskā līdzdalība un sociālā labklājība ietekmē cilvēku dzīvi. Māršala teorija izšķir trīs galvenās dimensijas:

1. **Pilsoniskās tiesības**– visi cilvēki vienlīdzīgi ir aizsargāti likuma priekšā un var brīvi izteikt savu viedokli. Piemēram, tiesības uz vārda brīvību vai juridisko aizsardzību.
2. **Politiskās tiesības**– ir par līdzdalību politiskajā dzīvē, piemēram, balsot vai piedalīties sabiedriskās aktivitātēs.
3. **Sociālās tiesības**– nodrošinājums, kas cilvēkiem ir pieejams, t.i., izglītība, veselības aprūpe, mājoklis un citi sociālie un ekonomiskie resursi, kas nepieciešami pilnvērtīgai dzīvei.

Pētījumā ir izmantota *Jauniešu labklājības sistēmu modelis* (no angļu val. Youth welfare regime's, pēc Broka, 2024; Gallie & Paugam, 2000; Walther, 2006 u.c.), lai saprastu, kā jaunieši ar ierobežotām iespējām var pieaugt ar pieejamo atbalstu var iegūt izglītību, piekļūt resursiem, sociāliem pakalpojumiem un cita veida atbalstam, kā arī praktizēt līdzdalību dažādos formātos. Citiem vārdiem, šī pieeja ļauj politikas veidotājiem saprast, kāda ir jauniešu piekļuve labklājības sistēmas resursiem, nodarbinātībai, izglītībai, mājoklam un politiskajai līdzdalībai u.c.

Pieejamo atbalstu var identificēt vismaz trīs veidos:

1. Institucionālais atbalsts – pieejami un pielāgoti pakalpojumi dažādām sociālām mērķa grupām
2. Sociālo risku izvērtēšana – kāda veida atbalsts ir pieejams, lai samazinātu sociālos riskus (izglītības pārtraukšana, veselības problēmas, darba nestabilitāte, mājoklis u.c.)
3. Paaudžu atbalsts – cik lielā mērā jauniešu pieaugšana ir atkarīga no ģimenes (aizbildnis, audžuģimene) un sociālām saitēm.

Valmieras novada pašvaldības atbalsta sistēmas un mehānismu izvērtējums jauniešu ar ierobežotām iespējām sociālai un ekonomiskai līdzdalībai tiks vērtēts Latvijas likumdošanas kontekstā, konceptualizējot šķēršļus, īpaši mazaizsargāto grupu jauniešu situācijas uzlabošanai.

Definētie pētījuma mērķi

- Izpētīt, kā jaunieši uztver savu iekļaušanu vai atstumtību galvenajās dzīves jomās.
- Novērtēt viņu piekļuvi sociālajām un ekonomiskajām tiesībām, t.i., izvērtējot pieejamos atbalsta mehānismus, īpaši jauniešu ar ierobežotām iespējām un mazaizsargāto grupu vidū.
- Izprast pilsoniskās uzticēšanās un līdzdalības modeļus jauniešu vidū.
- Informēt iekļaujošas jaunatnes politikas izstrādi pašvaldību un valsts līmenī.

Pētījuma vispārējie jautājumi:

1. Kā jaunieši izjūt ierobežotās iespējas – īpaši sociālo pilsonisko līdzdalību, tostarp piekļuvi pakalpojumiem un atbalstam, labklājību u.tml.?
2. Kādi ir jauniešu ekonomiskās autonomijas līmeņi un kā tie atšķiras dažādās sociālajās grupās pēc vecuma, dzimuma vai dzīvesvietas?
3. Kā jaunieši iesaistās un kādi faktori ietekmē viņu pilsonisko līdzdalību?
4. Kādi strukturālie šķēršļi (atbalsta trūkums) ierobežo esošo jauniešu pilnībā īstenot savas pilsoniskās tiesības?

2.2. Pētījuma metodes apraksts aptaujai

Pētījuma dizains sastāv no kvantitatīvās pētījuma daļas: kvantitatīvs šķēsgriezuma pētījums ar papildu izvēles atvērtiem jautājumiem kontekstam (skat. 1. Pielikumā Aptaujas 18-25 formu; 2. Pielikums aptaujas forma 13-17 gadi).

1. *Aptaujas 1. mērķa grupa*: Jaunieši vecumā no 18 līdz 25 gadiem, īpašu uzmanību pievēršot NEET, maznodrošinātiem jauniešiem, lauku jauniešiem, jauniešiem ar invaliditāti un jauniešiem ar imigrantu izcelsmi.

2. *Izlase*: Stratificēta nejauša izlase, pamatojoties uz dzīvesvietu, izglītību, ienākumu līmeni un sociālo statusu. Mērķis ir iegūt reprezentatīvus un salīdzināmu datu kopu, iespējams, ar nelabvēlīgā situācijā esošu apakšgrupas izlasi.

3. *Aptaujas dimensijas*:

Ierobežotās iespējas pētījuma datu analīzē tika iedalītas sekojošās pētījuma dimensijās: (1) sociālie šķēršļi (apmierinātība ar dzīvi, veselība, aktīvs dzīvesveids, socializēšanās un mājoklis); (2) ekonomiskie šķēršļi (pamatvajadzības, izglītība, prakses, dzīves līmeņa izmaiņas u.c.); (3) līdzdalība (uzticēšanās, pilsoniskā līdzdalība, spēja ietekmēt u.tml.).

4. *Datu vākšana un ētika*: veikta pilottestēšana ar jauniešu paneliem (15 aptaujas). *Saņemta* informēta piekrišana (izglītības iestāžu starpniecība 13-17 vecuma grupā), datu anonimizācija un ētiskās apstiprināšanas procedūras. Aptauja sagatavota jauniešiem draudzīgā valodā un tiešsaites formātā.

5. *Analīzes plāns*: Visu mainīgo lielumu aprakstoša un secinoša analīze. Šķērstabulas, lai atklātu nevienlīdzību starp sociālekonomiskajām apakšgrupām.

6. *Aptaujas 2. mērķa grupa: 13-17 gadus vecu jauniešu grupā* (skat. 2. Pielikumā Aptauja 13-17 gadus formu) tika izstrādāta pēc iepriekš aprakstītiem kvantitatīvās metodes principiem, mainot uzsvaru uz dzīves posmu izglītības sistēmā. Izlasē tiks iekļauti jaunieši, kas apgūst izglītību Valmieras novada pašvaldības izglītības iestādēs, t.sk., tajās izglītības iestādēs, kas piedāvā izglītību jauniešiem ar speciālām vajadzībām. Tika arī apzināti jaunieši, kas apgūst izglītību ārpus Valmieras novada. Aptauja tika organizēta septembra beigās-oktobra sākumā, 2025.gadā.

7. *Pētījuma metode padziļinātām daļēji strukturētām intervijām* (vismaz 10) ar jauniešiem, viņu ģimenēm, pedagogiem, sociālo pakalpojumu sniedzējiem, veselības aprūpes speciālistiem un citiem valsts un pašvaldību speciālistiem, kas strādā ar jauniešiem vai nodrošina pakalpojumus jauniešiem. Interviju jautājumi ar jauniešiem tiks sastādīti, balstoties uz sākotnējiem aptaujas datiem, kas tiks ievākti jūlija mēnesī. Esošie aptaujas rezultāti tiks izmantoti, lai padziļināti izprastu tieši mazāk aizsargāto grupu ierobežotās iespējas, t.i., jauniešu ar materiālām grūtībām, jauniešu ar invaliditāti un citiem sociāliem riskiem (ārpus ģimenes aprūpē u.c.). Pētījumā tika izmantota sniega bumbas metode (no angļu val. Snow-ball sampling) un purposive sampling metode, uzrunājot sociālās jomas institūcijas (piemēram, Sociālo dienestu, bāriņtiesu, Jauniešu organizācijas). Interviju skaits: 10-20 intervijas. Interviju organizēšana ar personām, kurām ir intelektuālie vai citi funkcionālie traucējumi, tika izmantota aprūpētāju/ institūciju darbinieku atbalsts un personas piekrišana.

8. *Fokusgrupu diskusijas* tiks organizētas pēc iegūto datu apstrādes un sākotnējās analīzes, t.i., oktobra mēnesī. Fokusgrupu diskusiju mērķis bija izprast pašvaldības un institūciju (ekspertu un pašu iesaistīto jauniešu) lomu jauniešu atbalsta nodrošināšanā. Noskaidrot esošo pieredzi un vajadzība saistībā ar iekļaujošiem pasākumiem un mehānismiem.

9. *Gadījumu analīze* (case study) – konkrētu grūtībās esošo jauniešu pieredzes izpēte (vismaz 3 gadījumi), lai identificētu veiksmīgus un neveiksmīgus piemērus iekļaušanas sistēmā.

10. Pētījuma veikšanas laika grafiks: jūnijs-oktobris, 2025.gads.

Instrumenta izstrāde: maijs-jūnijs (1 mēnesis)

Pilotēšana: jūnijs-jūlijs (1 mēnesis)

Aptaujas veikšana 18-25 gadu grupā: jūlijs-augusts (1 mēnesis)

Aptaujas veikšana 13-17 gadu grupā: septembris (1 mēnesis)

Intervijas: augusts- septembris (2 mēneši)

Datu analīze: septembris-oktobris (2 mēneši)

Ziņojuma sagatavošana: oktobris (1 mēnesis) un iesniegšana.

11. *Sākotnējā un gala ziņojuma prezentēšana*: sākotnējo datu analīze (2025.gada oktobrī) tika prezentēta iesaistītajām pusēm (Valmieras novada domes speciālistiem, institūcijām). Gala ziņojuma datus (oktobra beigās) paredzēts izmantot Jaunatnes politikas ziņojumā-stratēģijas izstrādei, izstrādājot infografikas kopsavilkumu, prezentāciju jaunatnes padomēs, NVO un pašvaldības pasākumos. Pētījuma datus var izmantot, lai veicinātu pierādījumos balstītu un arī jauniešu vadītu dialogu, lai apstiprinātu pētījumā gūtos secinājumus.

12. *Autortiesības*: Pētījumu veica Vidzemes Augstskolas Zinātniskā institūta (ViAZI) pētnieki sadarbībā ar Valmieras novada pašvaldības domi. Par pētījuma saturu un procedūru atbildīgā: Anna Broka, Dr. PhD, ViAZI pētniece (e-pasts: anna.broka@va.lv; +371 27222201)

3. Pētījuma konceptuālais ietvars

Pētījuma teorētiskais un empīriskais ietvars balstās uz savstarpēji saistītām zinātnes jomām: dzīves gaitas pētījumu (Life Course) un pārvaldības (Governance) jomu. Dzīves gaitas pieeja ļauj analizēt jauniešu individuālās dzīves trajektorijas un pieredzi konkrētā sociālajā un telpiskajā kontekstā, šajā gadījumā – dzīvojot un uzturot saikni ar Valmieras novada pašvaldību. Pārvaldības pieeja atklāj, kā institūcijas, pašvaldība un sabiedrība kopumā ietekmē jauniešu dzīves kvalitāti un nākotnes perspektīvas. Aptaujas mērķis bija novērtēt jauniešu dzīves vidi, ņemot vērā gan individuālos dzīves gājuma aspektus, gan plašākus sociālekonomiskos un pārvaldības procesus. Šāda pieeja ļauj iegūt padziļinātu izpratni par jauniešu sociālo realitāti un iespējām, kā arī par to, kā vietējais konteksts – Valmieras novads – ietekmē viņu dzīves izvēles un attīstības ceļus.

Kvantitatīvās datu analīzes pamatā ir jauniešu dzīves gājums un apstākļi, kuros viņi dzīvo, analizējot sociālekonomisko, t.sk., mājokļu, veselības, nodarbinātības un izglītības rīcībpolitikas dimensijās. Šāda pieeja atbilst gan *Latvijas jaunatnes politikas pamatnostādņēm 2021.–2027. gadam* (Izglītības un zinātnes ministrija, 2021), kurās uzsvēta jauniešu iespēju paplašināšana un līdzdalība, gan *Eiropas Savienības (ES) Jaunatnes stratēģijai 2019.–2027. gadam* (Council of the EU, 2018), kas akcentē jauniešu līdzvērtīgu pieeju izglītībai, darba tirgum un veselības aprūpei, kā arī dzīves kvalitātes uzlabošanu kopienās.

Pētījums ļauj identificēt faktorus, kas ir nozīmīgi jauniešu dzīves kvalitātes un nākotnes iespēju izpratnei Valmieras novada pašvaldībā, tādējādi veidojot bāzi lēmumu pieņemšanas atbalsta sistēmu izstrādei. Rezultāti sniedz kontekstualizētus un daudzdimensionālus pierādījumus par jauniešu dzīves iespējām, kas ir saskaņā ar nacionālajiem un Eiropas līmeņa jaunatnes atbalsta politikas ietvaru, nodrošinot pētījuma aktualitāti un praktisku pielietojumu vietējās attīstības plānošanā.

Ziņojumā tiek analizēti dzīves apstākļu dimensiju mijiedarbība dažādos sociālekonomiskos kontekstos, kas nosaka jauniešu iespējas un attīstību vietējā un reģionālajā līmenī. Analīze balstās uz daudzdimensionālu pieeju, kurā ņemts vērā Valmieras novada ekonomiskās attīstības līmenis un materiālie dzīves apstākļi, demogrāfiskās tendences, izglītības un darba tirgus savstarpējās attiecības, kā arī veselības aprūpes, mājokļu pieejamības un sociālo pakalpojumu nodrošinājums. Ziņojumā īpaša uzmanība tiek pievērsta jauniešiem ar ierobežotām iespējām – t.i., tiem, kuri sastopas ar sociāliem, ekonomiskiem, veselības vai izglītības šķēršļiem pārejas posmā pieaugot.

Šķēršļi var ierobežot viņu līdzdalību un dzīves iespējas, tādēļ ir būtiski saprast, kā dažādu faktoru mijiedarbība – piemēram, nepietiekami ienākumi, grūtības darba tirgū, veselības problēmas vai mājokļa nepieejamība, kas kopumā ietekmē viņu dzīves trajektorijas. Šādā skatījumā pētījums uzsver, ka kontekstuālie dzīves apstākļi ne tikai veido jauniešu iespēju struktūras, bet arī var radīt nevienlīdzīgas iespējas, kas īpaši būtiska jauniešiem ar ierobežotām iespējām. Atbalsta pasākumu izvērtējumā šiem jauniešiem tiks definēts mērķēts atbalsts, kas saskan ar vietējā, nacionālā un ES jaunatnes politikas prioritātēm, lai nodrošinātu vienlīdzīgas iespējas un veicinātu viņu sekmīgu integrāciju sabiedrībā.

3.1. Ierobežotas iespējas un ievainojamības koncepts sociālajās zinātnēs

Ievainojamības jēdziens pēdējās desmitgadēs ir kļuvis par vienu no centrālajiem Eiropas politikas un akadēmisko diskusiju atslēgvārdiem, īpaši saistībā ar sociālās atstumtības un nevienlīdzības mazināšanu dažādās iedzīvotāju grupās. Attiecībā uz jauniešiem šis jēdziens tiek lietots, lai raksturotu tos, kuri tiek definēti kā neaizsargāti, riska grupas, gandrīz sociāli atstumti vai jaunieši ar ierobežotām iespējām (angļu val. *young people with fewer opportunities*; sk. Council of the EU, 2018¹). Šajās kategorijās tiek ietverti jaunieši, kas atrodas pārejas posmos – piemēram, no izglītības sistēmas uz darba tirgu – un kuru situācija var radīt ilgtermiņa šķēršļus pilnvērtīgai līdzdalībai sabiedrībā.

Tomēr šādu kategoriju lietojums ir problemātisks, ja tās tiek izprastas kā statiskas un būtiskas īpašības noteiktām sociālām grupām (piemēram, jauniešiem ar invaliditāti, nabadzības riskam pakļautiem jauniešiem vai jauniešiem no lauku teritorijām). Šāda skatījuma rezultātā ievainojamība tiek uzskatīta par nemainīgu indivīda "iezīmi", nevis kā dinamisku, relatīvu un daudzdimensionālu procesu. Tādēļ pētnieciskajā darbā ir svarīgi lietot jēdzienu refleksiīvi, uzsverot, ka ievainojamība mainās atkarībā no konteksta, dzīves gaitas posma un politikas orientācijas (Kotthoff and Gafalo, 2017²).

Vēsturiski ievainojamības jēdziens radies no latīņu *vulnerare* ("ievainot") un plašāku lietojumu ieguva 20. gadsimta 70. gados bioētikā un katastrofu riska pārvaldībā (Vatsa, 2004³). Vēlāk tas tika pārņemts uz nabadzības un sociālās atstumtības pētījumiem, lai apzīmētu cilvēku grupas vai apakš populācijas, kuras ir pakļautas paaugstinātam sociālam riskam piedzīvot labklājības zudumu vai nonākt trūkumā (Luna, 2009⁴). Šī pieeja ir cieši sasaistāma ar "ierobežoto iespēju" (no angļu val. *fewer opportunities*) konceptu, ko plaši izmanto jaunatnes politikas ietvaros. Abos gadījumos uzmanība tiek pievērsta strukturāliem un kontekstuāliem faktoriem – izglītības pieejamībai, nodarbinātības iespējām, veselības aprūpes un sociālo pakalpojumu sasniedzamībai, kā arī mājokļu pieejamībai. Tas nozīmē, ka ievainojamība nav tikai apzīmējums par jauniešu "trūkumiem", bet gan analītisks instruments, kas ļauj identificēt dzīves apstākļus un politikas mehānismus, kas ierobežo iespējas un rada nevienlīdzību.

No šīs perspektīvas pētījumā pieņemtais skatījums paredz, ka ievainojamība un ierobežotās iespējas ir pārvaramas ar mērķētu atbalstu – piemēram, ar izglītības pieejamības paplašināšanu, atbalstu pārejā uz darba tirgu, veselības pakalpojumu uzlabošanu un sociālo pakalpojumu attīstību, t.sk., veicinot mājokļu pieejamību. Tādējādi ierobežotas iespējas var tikt transformētas par reālām iespējām, kas stiprina jauniešu dzīves gaitu un veicina viņu integrāciju sabiedrībā.

¹ Council of the European Union. (2018, November 26–27). *Education, Youth, Culture and Sport Council meeting, Brussels*. <https://www.consilium.europa.eu/en/meetings/eycs/2018/11/26-27/>

² https://www.young-adults.eu/publications/policy-briefs/YOUNG_ADULTS_POLICY_BRIEF_June_2017.pdf?m=1506522033&utm.com

³ Vatsa, K. S. (2004). *Risk, vulnerability, and asset-based approach to disaster risk management*. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 24(10–11), 1–48. <https://doi.org/10.1108/01443330410791055>

⁴ Luna, F. (2009). *Elucidating the concept of vulnerability: Layers not labels*. *International Journal of Feminist Approaches to Bioethics*, 2(1), 121–139.

3.2. Riski, kas ierobežo jauniešu iespējas

Labklājības valsts attīstību un sabiedrības transformācijas, t.sk. demogrāfiju, saistībā ar post industriālo laikmetu ietekmē globalizācijas, tehnoloģiskās attīstības, pakalpojumu ekonomikas un darba attiecību ienākumu un citu pamatresursu pieejamība (piemēram, mājokļa, sociālo pakalpojumu un veselības pieejamību).

Labklājības valstu sociālo politiku pētnieki ir norādījuši uz “jauno sociālo risku” (JSR) ietekmi ekonomisko un sociālo pārmaiņu rezultātā (Taylor-Gooby, 2004⁵; Esping -Andersen, 2002⁶). Tieši JSR ir lielākais apdraudējums pastāvošās labklājības valsts sociālās aizsardzības sistēmai, kas mijiedarbojas starp ekonomiku (tirgu), ģimeni un valsti. Darba tirgus nedrošība (stabilitātes - drošības trūkums), ģimenes aprūpes funkciju-spējas mazināšanās un tradicionālo labklājības institūciju efektivizēšana apliecina šī laikmeta realitāti. JSR vairs nav saistīti tikai ar sociālās aizsardzības sistēmas klasiskajiem riskiem, t.i., slimību, nāvi, vecumu, bet jaunie riski var ietekmēt ikvienu neatkarīgi no viņa sociālā vai ekonomiskā stāvokļa (Beck, 2000⁷).

Tradicionālā sociālā apdrošināšanas sistēma aizsargā indivīdus ilgākā laika periodā mijiedarbībā starp darba tirgus un citām dzīves jomām (izglītības, veselības, u.c.), kamēr mūsdienās pieaug elastīgi darba tirgus apstākļi (nestandarta līgumi, īstermiņa un taml.), bet sociālie pabalsti un atbalsta sistēma kopumā ir ar stingru ienākumu pārbaudi (no angļu val. *Means-tested*). Jaunie sociālie riski salīdzinot ar vecajiem (kas parasti saistīti ar vēlāku dzīves posmu) ir raksturīgi tieši darba karjeras sākuma posmā, kas ietekmē arī citas jomas, t.sk., iespēju veidot ģimeni (Blossfeld & Hofacker, 2014⁸). Īpaši jaunieši ir tie, kas ir pakļauti jaunajiem sociālajiem riskiem, tie apdraud viņu neatkarību (pieaugšanu), patstāvību un iespējas veidot savu ģimeni, jo viņi dzīvo augstas sociālās nedrošības apstākļos, ko nevar kontrolēt ne tagadnē, ne arī paredzēt drošu nākotni.

Šādi nenoteiktības un nedrošības apstākļi skar īpaši jauniešus ar ierobežotām iespējām, kuri piedzīvo sociālo izstumtību, ir pakļauti nestabilitātei un ir ar grūtībām iekļauties/ integrēties sabiedrībā. Šo stāvokli raksturo iepriekšējā nodaļā definētais ievainojamības un ierobežoto iespēju mijiedarbība, kas pakļauj personu (vai ģimeni) nelabvēlīgiem apstākļiem dažādās dzīves jomās, ja kāds no vairākiem riska faktoriem kaitē.

Kaitējums (nodarījums) saskaņā ar Apvienoto Nāciju Organizācijas (ANO) vispārējo ievainojamības definīciju nozīmē apstākļu kopumu, kas konkrēto indivīdu vai grupu lielāku tieksmi uz risku, apstākļu pasliktināšanās briesmām vai sliktiem rezultātiem vai sasniegumiem (UNDP, 2014⁹).

Nepieciešamā atbalsta trūkums kritiskā situācijā ir piemēram, nepietiekama sociālā palīdzība un sociālie pakalpojumi, nestabilitāte resursu iegūšanas pamat mehānismos un sociālo un ģimenes attiecību trauslums. To kopīgā iezīme ir mijiedarbības trūkums sociālās integrācijas sistēmā (darbs, ģimene, labklājības sistēma), ko raksturo nenoteiktība. Svārstības notiek dažādos veidos: horizontāla mobilitāte starp dažādiem darbiem, elastība darba un ģimenes lomās (aizkavēta vecāku loma), nenoteiktība par ieņemamo amatu, labklājības

⁵ Taylor-Gooby, P. (Ed.). (2004). *New risks, new welfare: The transformation of the European welfare state*. Oxford University Press.

⁶ Esping-Andersen, G. (Ed.). (2002). *Why we need a new welfare state*. Oxford University Press.

⁷ Ulrich Beck. (2000). *What is globalization?* Cambridge, UK: Polity Press.

⁸ Blossfeld, H.-P., & Hofäcker, D. (2014). *Globalization, rising uncertainty and life courses in modern societies: A summary of research findings and open research questions*. Franco Angeli.

⁹ United Nations Development Programme. (2014). *Human development report 2014: Sustaining human progress – Reducing vulnerabilities and building resilience*. New York, NY: UNDP.

garantiju trūkums, grūtības saskaņot un koordinēt dažādas lomas un pienākumus. Lai gan, no vienas puses, svārstības daudziem indivīdiem paver iespēju “veidot savu biogrāfiju” (Beck, 1992), no otras puses, tās veicina sociālo nestabilitāti un grūtības būt neatkarīgam, īpaši ietekmējot dažas neaizsargātas grupas, piemēram, jauniešus pārejā no skolas uz stabilu nodarbinātību.

3.3. Nacionālā līmeņa attīstības plānošanas ietvars

Nacionālais attīstības plāns 2021.–2027. gadam (NAP2027) ir augstākais vidēja termiņa plānošanas dokuments valstī, un visi attīstības plānošanas dokumenti, tostarp pašvaldību plāni, tiek saskaņoti ar to. Tas nodrošina, ka jauniešu atbalsta pasākumi nav fragmentēti, bet ietilpst kopējā valsts stratēģijā. NAP2027 definē četrus galvenos virzienus: vienlīdzīgas iespējas, produktivitāte un ienākumi, sociālā uzticēšanās un reģionālā attīstība. Jauniešu atbalsta pasākumi tiek veidoti tā, lai veicinātu vienlīdzīgas iespējas un sociālo integrāciju, uzlabojot piekļuvi izglītībai, sociālajiem pakalpojumiem un darba tirgum. Stratēģiskie mērķi nosaka, kā tiek plānoti budžeti un pārvaldīti pakalpojumi sociālajā jomā. Tas nozīmē, ka jauniešu atbalsts tiek finansēts un īstenots prioritāri tur, kur tas visvairāk atbilst NAP2027 mērķiem, piemēram, atbalsts trūcīgām vai maznodrošinātām mājāsaimniecībām, reģionālā pieejamība un sociālā iekļaušana.

Vairāki NAP2027 rīcības virzieni ir cieši saistīti ar sociālās jomas stratēģisko attīstību turpmākajiem gadiem. Prioritātes “Stipras ģimenes, veseli un aktīvi cilvēki” sasniegšanā būtiska ir **sociālā atbalsta sistēma krīzes situācijā**, kad ir pieejami pietiekami resursi dažādu sociālo grūtību pārvarēšanai (novecošanās, priekšlaicīgas darba nespējas, mirstības, psiholoģiskās vai emocionālās veselības, materiālo apstākļu u.c. pasliktināšanās dēļ). Demogrāfiskās slodzes mazināšanai nav tikai attālāko reģionu sociāla problēma, bet ir saistīta ar dzimstības pieaugumu, ko paredzēts veicināt ar ģimenei atbalstošu nodokļu un pabalstu sistēmu, kas samazina bērnu aprūpes tiešās izmaksas un palīdz vecākiem gādāt par bērnu un ģimenes dzīves kvalitāti, kas ir ikvienas labklājības valsts sistēmas pamatā.

1. Rīcības virziens kvalitatīvu veselības pakalpojumu nodrošināšanā paredz attīstīt veselības veicināšanas un profilakses pasākumus, **ar integrētas veselības un sociālās aprūpes pakalpojumu organizēšanas un sniegšanas modeļiem**, digitalizācijas platformu ieviešanu, kā arī medicīnisko tehnoloģiju attīstību primāri ekselences centros, **jo īpaši pacientiem ar psihiskām slimībām un uzvedības traucējumiem, nedziedināmi slimajiem un citām mērķa grupām, kur nepieciešama starpnozaru sadarbība.**

2. Emocionālās un psihiskās veselības pasliktināšanās sekas, tostarp bērnu un jauniešu vidū, paredzēts mazināt ar **visaptveroša atbalsta pieeju krīzes situācijā** neatkarīgi no krīzes cēloņiem. Emocionālās un psiholoģiskās noturības stiprināšanai ir jāveido uz mērķa grupām orientētus **profilakses un intervences pasākumus**, ciešu un emocionāli tuvu vecāku un bērnu attiecību veidošanai nepieciešams ir atbalsts vecāku prasmju pilnveidei, kā arī nodrošināms visaptverošs, integrēts un uz indivīda vajadzībām orientēts profilakses aktivitāšu kopums bērna emocionālas attīstības un psihisko traucējumu veidošanās risku mazināšana.

3. Personas ar invaliditāti, cilvēki ar fiziskiem un psihiskiem veselības traucējumiem un aprūpējamo personu ģimenes locekļi ir viena no nabadzībai pakļautajām mērķa grupām, kādēļ ne vien ar esošo sociālās aizsardzības sistēmu, bet arī **individuālajām vajadzībām atbilstošu kvalitatīvu sociālo pakalpojumu nodrošināšana** veicina cilvēku nodarbinātību un

produktivitāti. Sociālo pakalpojumu klāsta, kvalitātes un pieejamības nodrošināšanā, cita starpā paplašinot gan sabiedrībā balstītu aprūpes pakalpojumus, gan ģimeniskai videi pietuvinātu institucionālo aprūpes pakalpojumu pieejamību, ir **jāpilnveido sociālo darbinieku un sociālo pakalpojumu sniedzēju motivācijas un atalgojumu sistēma un profesionālā kompetence.**

4. Sadarbībā ar sociālo pakalpojumu sniedzējiem ir jāveido **iekļaujoša vide** bērniem un jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem (speciālām vajadzībām), kā arī jāsniedz nepieciešamais atbalsts no emocionālās un fiziskās vardarbības cietušajiem un citām nabadzības riskam pakļautām grupām.

5. “Kvalitatīvas dzīves vides un teritorijas attīstības” prioritāte ir saistīta ar **kvalitatīvu mājokļu pieejamību** par pieņemamu cenu, kas ir ne vien pamattiesību nodrošināšanas jautājums, bet arī nodarbinātības, labklājības un demogrāfiskās slodzes risinājums. **Sociālo mājokļu pieejamība** ir viens no būtiskiem risinājumiem, lai samazinātu mājtsaimniecībām ar zemiem ienākumiem vai krīzes situācijā esošos izdevumus un parādsaistības. Tāpat iedzīvotāju novecošanās un dažādu sociālo grupu vajadzības, kam ir nepieciešams valsts atbalsts mājokļu pieejamībai un sociālo mājokļu veidošanai. **Esošajā Mājokļu pieejamības pamatnostādņu 2021.-2027.gadam** [projekts] ir atsauce uz kvalitatīvu un cenas ziņā pieejamu mājokļu izveidi, kas nozīmīgi nodarbinātības attīstībai un reģionālai mobilitātei, deinstitucionalizācijai un sociālo pakalpojumu nodrošināšanai dzīves līmeņa uzlabošanai dažādām nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajām iedzīvotāju grupām, t.i., iedzīvotājiem ar zemiem ienākumiem (Ministru kabineta noteikumi Nr. 616).

6. Sociālo pakalpojumu nodrošināšanā paredzēts atbalsts **sabiedrībā balstītu pakalpojumu** turpmāko attīstību, t.i., pilotējot jaunus sociālos pakalpojumus un to ieviešanu, mērķa grupu pārklājuma palielināšanu, plašāku tehnoloģisko risinājumu izmantošanu, atbalsta uzlabošanu pārejas posmā no institucionālās aprūpes uz sabiedrībā balstītām formām u.c. Sabiedrībā balstītu pakalpojumu attīstība uzlabo iedzīvotāju **iespējas dzīvot neatkarīgi un dzīvot sabiedrībā, iekļauties izglītībā un darba tirgū, saglabājot arī aprūpē iesaistīto ģimenes locekļu nodarbinātību.**

3.4. Valmieras novada pašvaldības atbalsta pasākumi jauniešiem

Valmieras novada pašvaldībā ir izveidotas vairākas institūcijas, kas sniedz atbalsta iespējas Valmieras novada jauniešiem. Šajā nodaļā sniegts vispārīgs ieskats par pašvaldībā pieejamiem atbalsta un institucionālais pasākumu ietvaru jauniešiem ar ierobežotām iespējām, nevis detalizēti izvērtēti visi sociālie pakalpojumi, sociālā palīdzība un pašvaldības brīvās iniciatīvas u.c., ar ko var iepazīties pašvaldības mājas lapā¹⁰.

Piemēram, Valmieras Jaunatnes centrs “Vinda” piedāvā interešu izglītības un neformālās izglītības nodarbības jauniešiem. Tas ir labs resurss brīvā laika pavadīšanai, radošām aktivitātēm un socializācijai. Valmierā darbojas arī Jauniešu māja, kas sniedz iespēju jauniešiem lietderīgi pavadīt brīvo laiku – satikt draugus, organizēt pasākumus. Ir vairāki jauniešu centri, kas ir pieejami pagastos – piepilsētas un lauku teritorijā, piemēram Burtniekos, Rūjienā, Mazsalacā, Naukšēnos. Iestādes nodrošina neformālās izglītības

¹⁰ <https://www.valmierasnovads.lv>

pasākumus, brīvā laika iespējas, vietu, kur pulcēties jauniešiem. Jauniešiem vecumā 13–25 gadiem ir iespēja pieteikties līdz 300 *eiro* atbalstam savas iniciatīvas īstenošanai. Valmieras novada pašvaldībā ir Jaunatnes lietu speciālists un pieejams jauniešu darbinieku atbalsts, kuri rūpējas par jauniešu interešu aizstāvību un līdzdalību.

Jauniešiem ir arī pieejami dažāda veida pabalsti (ierobežoti vecumā), piemēram **daudzbērnu ģimenēm** pieejams pabalsts mācību piederumu iegādei —40 *eiro* par katru bērnu, kurš mācās 9. klasei. Pabalstu var saņemt reizi gadā, ja gan bērna, gan vismaz viena vecāka deklarētā dzīvesvieta ir Valmieras novadā. To piešķir un izmaksā Sociālo lietu pārvalde, pamatojoties uz iesniegumu un lēmumu. Pabalstu pārskaita uz pieteicēja bankas vai pasta norēķinu kontu. Iesniedzot iesniegumu klātienē, jāuzrāda personu apliecinošs dokuments un Latvijas Goda ģimenes apliecība; ja iesniegums nosūtīts elektroniski vai pa pastu, jāpievieno apliecības kopija ar redzamu numuru un bērnu datiem.

Valmieras novada pašvaldības **atbalsts ģimenēm, kas audzina bērnu ar invaliditāti** nodrošina vairākus atbalsta pasākumus, piemēram, ēdināšanas maksas atvieglojumu (100% visām ēdienreizēm), atbalsts mājokļa pielāgošanai, atbalsta personas, aprūpes pakalpojumu, asistenta vai pavadona pakalpojumu un nekustamā īpašuma nodokļa atvieglojumu.

Valmieras novada pašvaldība ir noteikusi **ēdināšanas maksas atvieglojumi** gan pirmsskolas, gan vispārējās izglītības iestādēs, lai nodrošinātu pieejamu un līdzsvarotu ēdināšanu bērniem un jauniešiem. Bērniem no trūcīgām vai maznodrošinātām mājsaimniecībām, kas apgūst vidējo vai profesionālo izglītību, kā arī bērniem no daudzbērnu ģimenēm pieejams 50% atvieglojums. Vispārējās izglītības iestādēs ir pieejamas brīvpusdienas 5.–6. klašu skolēniem ar 100% pašvaldības finansējumu. Pusdienu maksai 7.–12. klasēm piemēro 2,10 eiro par ēdienreizi, kas ir pašvaldības segtā starpība ar faktisko izmaksu.

100% atvieglojumi pusdienām:

- 1.–6. klašu skolēniem (pēc noteiktajiem nosacījumiem);
- 7.–9. klašu izglītojamajiem ar invaliditāti;
- bērniem no trūcīgām/ maznodrošinātām mājsaimniecībām;
- bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem.

50% atvieglojumi:

- bērniem no daudzbērnu ģimenēm (7.–12. klase);

Ēdināšanas maksas atvieglojumus bērniem, kuri klātienē apgūst pamatzglītības programmu privātajās izglītības iestādēs novada teritorijā ir 100% nodrošināts bērniem ar invaliditāti, pirmsskolas izglītojamajiem – par visām ēdienreizēm, 5.–9. klašu skolēniem – par pusdienām. 50%— bērniem no daudzbērnu ģimenēm, pirmsskolas izglītojamajiem – par visām ēdienreizēm, 5.–9. klašu skolēniem – par pusdienām. Atvieglojumu apmērs nepārsniedz pašvaldības noteikto ēdināšanas maksu, un viens izglītojamais nevar saņemt vairākus atvieglojumus vienlaikus (1. tabula).

1.tabula. Valmieras novada pašvaldības ēdināšanas atvieglojumi

Izglītības posms	Ēdināšanas maksa	100% atvieglojums	50% atvieglojums	Papildu piezīmes
Pirmsskolas izglītības iestādes	3,00 €/dienā (1,40 €/dienā bērniem ar fenilketonūriju)	• Obligātās pirmsskolas programmas audzēkņiem • Bērniem ar invaliditāti • Bērniem no trūcīgām vai maznodrošinātām mājsaimniecībām	Bērniem no daudzbērnu ģimenēm	Atvieglojums attiecas uz visām ēdienreizēm

Izglītības posms	Ēdināšanas maksa	100% atvieglojums	50% atvieglojums	Papildu piezīmes
		• Bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem • Speciālo grupu izglītojamajiem un tiem, kuru programmu finansē valsts		
Vispārējās izglītības iestādes (1.–4. klases)	brīvpusdienas	• Visiem 1.–4. klašu skolēniem (valsts un pašvaldības līdzfinansējums)	—	Pilnībā apmaksātas pusdienas
Vispārējās izglītības iestādes (5.–6. klases)	brīvpusdienas	• Visiem 5.–6. klašu skolēniem (100% pašvaldības finansējums)	—	Pilnībā apmaksātas pusdienas
Vispārējās izglītības iestādes (7.–12. klases)	2,10 € par ēdienreizi (pašvaldība sedz starpību ar faktisko izmaksu)	• 7.–9. klašu skolēniem ar invaliditāti • Bērniem no trūcīgām vai maznodrošinātām mājsaimniecībām • Bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem	• Bērniem no daudzbērnu ģimenēm • Bērniem no trūcīgām vai maznodrošinātām mājsaimniecībām, kas apgūst vidējo vai profesionālo izglītību	Atvieglojums attiecas uz pusdienām
Privātās izglītības iestādes (novada teritorijā)	Līdz pašvaldības noteiktajai ēdināšanas maksai	• Bērniem ar invaliditāti • Pirmsskolas izglītojamajiem (par visām ēdienreizēm) • 5.–9. klašu skolēniem (par pusdienām)	• Bērniem no daudzbērnu ģimenēm • Pirmsskolas izglītojamajiem (par visām ēdienreizēm) • 5.–9. klašu skolēniem (par pusdienām)	

Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likuma un Ministru kabineta noteikumi nosaka kārtību, kādā pašvaldība sniedz sociālo palīdzību un nodrošina sociālos pakalpojumus dažādām mērķa grupām, t.sk., jauniešiem¹¹. Valmieras novadā **jauniešiem un ģimenēm ar bērniem** ir pieejami dažādi atbalsta pasākumi, kas vērsti gan uz ikdienas izdevumu mazināšanu, gan dzīves kvalitātes uzlabošanu. Starp galvenajiem pasākumiem ir mājokļa pabalsts un izmitināšanas atbalsts, kas nodrošina finansiālu palīdzību īres maksas, komunālo pakalpojumu segšanai vai pagaidu dzīvesvietas nodrošināšanai jauniešiem un ģimenēm ar bērniem, īpaši gadījumos, kad nav iespējams nodrošināt stabilu dzīvesvietu. Bērniem ar invaliditāti tiek piedāvāti arī mājokļu pielāgošanas pakalpojumi, asistenta un pavadona pakalpojumi, kā arī aprūpes pakalpojumi, kas nodrošina nepieciešamo atbalstu ikdienas dzīvē un pārvietošanās iespējās. Papildus tam ģimenes var saņemt atbalsta personas vai ģimenes pakalpojumu, kas palīdz risināt ikdienas situācijas, un nekustamā īpašuma nodokļa atvieglojumus, piemēram, 50% NĪN atlaidi īpašumam, kur dzīvo bērns ar invaliditāti.

¹¹ Skat. vairāk Valmieras novada mājaslapa — sadaļā *Sociālā palīdzība Valmieras novada iedzīvotājiem*. <https://www.valmierasnovads.lv/sociala-palidziba-valmieras-novada-iedzivotajiem/>

*Bērnu tiesību aizsardzības likums*¹² (turpmāk –BTAL) ir pamata normatīvais akts Latvijā, kas regulē bērna tiesības, aizsardzību un valsts pienākumus. Tajā ir konkrēti noteikumi, kas attiecas uz bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem, tostarp ārpusģimenes aprūpes laikā, līdz pilngadībai un pēc tās.

BTAL 12. pants nosaka bērna sociālās tiesības, uzsverot valsts un pašvaldības pienākumu nodrošināt atbalstu un pakalpojumus bērna attīstībai, izglītībai un labklājībai. Šī panta trešā daļa nosaka, ka bērnam ir tiesības uz sociālo palīdzību, ja bērns nesaņem pietiekamu vecāku aprūpi. Tas nozīmē, ka viņam ir tiesības saņemt valsts un pašvaldības sociālo palīdzību un pakalpojumus. Tas attiecas uz gadījumiem, kad vecāki ir miruši, nav spējīgi vai nevēlas pildīt pienākumus, vai ģimenē ir sociāli nelabvēlīgi apstākļi, ir konstatēta vai ir aizdomas par vardarbību vai citādi bērnam nedroši apstākļi. Ceturtajā daļā noteikts, ka katram bāreņim un bez vecāku gādības palikušam bērnam jāsaņem Ministru kabineta noteiktajā kārtībā sociālās garantijas, t.i., materiālu atbalstu (pabalstus, mājokļa palīdzību), izglītības un darba dzīves uzsākšanas atbalstu, palīdzību līdz pat 24 gadu vecumam, ja tiek turpinātas mācības. BTAL 35. pants nosaka ārpusģimenes aprūpes formas, kas ir aizbildnība, audžuģimene, un aprūpes iestāde. Ārpusģimenes aprūpē esošie bērni ir tiesīgi uz atbalstu, kas nodrošina viņu attīstību, drošību un labklājību, tostarp, izglītību, medicīnisko aprūpi, emocionālu un sociālu atbalstu. BTAL 47. pants nosaka, ka valstij vai pašvaldībai jānodrošina ārpusģimenes aprūpē esošam bērnam apģērbs, apavi, mācību piederumi, kabatas nauda, kā arī iespēja piedalīties interešu izglītībā, sportā, izbraucienos u.c. sabiedriskajās aktivitātēs. Likumā ir ļoti skaidri ir ļoti skaidri noteikta valsts atbildība ārpusģimenes aprūpes pakalpojumu jomā, t.i., valsts pienākums ir nodrošināt finansējumu ārpusģimenes aprūpes pakalpojumu sniegšanai. Tas ir atkarīgs no valsts budžetā konkrētajam gadam piešķirtajiem līdzekļiem. Valsts arī nosaka institucionālo atbildību, t.i., ārpusģimenes aprūpes atbalsta centri (turpmāk – atbalsta centrs) nodrošina nepieciešamo atbalstu un piešķirot finansējumu MK noteiktajā kārtībā. BTAL nosaka vispārējo tiesisko ietvaru bērnu atbalstam un īpaši uzsver pakāpeniskas sagatavošanas nepieciešamību patstāvīgai dzīvei, sasniedzot pilngadību. Likums paredz pašvaldības un sociālā dienesta atbildību nodrošināt, lai bērns pēc ārpusģimenes aprūpes izbeigšanās nepaliktu bez dzīvesvietas un iztikas līdzekļiem un netiktu pakļauts sociālās atstumtības riskam.

Konkrētais atbalsts (piemēram, pabalstu veidi un apmērs) tiek noteikts Ministru kabineta noteikumos¹³, kā arī pašvaldības saistošajos noteikumos.

Valsts līmenī ir nodrošināts arī atbalsts mobilitātei, ko papildina pašvaldības noteiktie atvieglojumi dažādām mērķa grupām¹⁴. Tie nosaka pasažieru kategorijas, kuras ir tiesīgas izmantot braukšanas maksas atvieglojumus maršrutu tīkla maršrutos, kā arī šo atvieglojumu izmantošanas kārtību un apmēru. Papildus iepriekš minētajiem bērniem bāreņiem un bez vecāku gādības palikušajiem bērniem, tiesības izmantot braukšanas maksas atvieglojumus ir pirmsskolas vecuma bērniem, personām ar I vai II invaliditāti un personām, kas pavada personu ar I invaliditātes grupu, politiski represētām personām un nacionālās pretošanās kustības dalībniekiem, izglītojamiem ārpus pilsētas teritorijas no 1.- 12. klasei un personām

¹² Bērnu tiesību aizsardzības likums. <https://likumi.lv/ta/id/49096>

¹³ Ministru kabineta 2009. gada 22. decembra noteikumi Nr. 1613 "Kārtība, kādā nepieciešamo palīdzību sniedz bērnam, kurš cietis no prettiesiskām darbībām". <https://likumi.lv/ta/id/202912>; Ministru kabineta 2005. gada 15. novembra noteikumi Nr. 857 "Noteikumi par sociālajām garantijām un atbalstu bāreņiem un bez vecāku gādības palikušajam bērnam, kurš ir ārpusģimenes aprūpē, kā arī pēc ārpusģimenes aprūpes beigšanās". <https://likumi.lv/ta/id/121592>),

¹⁴ Ministru kabineta 2021. gada 22. jūnija noteikumi Nr. 414 "Braukšanas maksas atvieglojumu noteikumi"

no daudz bērnu ģimenēm. Bezmaksas braukšana attiecas uz konkrētām maršrutu kategorijām (pilsētas/reģionālās nozīmes).

Pašvaldību likuma 44. panta otro daļu nosaka, ka pašvaldības pienākumus nodrošināt savā teritorijā sociālos pakalpojumus un atbalstu, tostarp sociālo aprūpi un palīdzību personām, kurām tas nepieciešams. Šī norma apliecina, ka sociālie pakalpojumi ir vietējās pašvaldības uzdevums un atbildība, un pašvaldības pienākums ir plānot, organizēt un finansēt sociālo pakalpojumu sniegšanu. Sociālie pakalpojumi ir izdoti saskaņā ar Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likuma 3. panta trešo daļu, kas nosaka, ka sociālie pakalpojumi tiek nodrošināti personām, kurām ir nepieciešams atbalsts sociālās integrācijas un dzīves kvalitātes uzlabošanai. Likuma 3. panta trešā daļa definē sociālo pakalpojumu būtību un to mērķi — palīdzēt personām, kas saskaras ar sociālām grūtībām, nodrošinot viņiem nepieciešamo atbalstu. Likumā noteiktā kārtība paredz, ka sociālie pakalpojumi ir pakalpojumi, kas palīdz cilvēkiem saglabāt vai atjaunot viņu funkcionālās spējas un veicina sociālo iekļaušanos, kas attiecināms arī uz jauniešiem ar ierobežotām iespējām.

Visbeidzot saistošie noteikumi ir saskaņā ar Ministru kabineta 2003. gada 27. maija noteikumu Nr. 275 "Sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas samaksas kārtība un kārtība, kādā pakalpojumu izmaksas tiek segtas no pašvaldību budžeta" 6. punktu, kas nosaka kārtību, kādā tiek aprēķināta un piemērota samaksa par sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas pakalpojumiem, ko sniedz pašvaldība vai tās pārzinā esošas iestādes. 6. punkts precizē samaksas apmēru un nosacījumus, piemēram, kā tiek ņemti vērā personas ienākumi, izdevumi, kā arī nosaka minimālo ienākumu atlikumu pēc samaksas par pakalpojumu. Tas nosaka, ka persona nevar tikt atstāta bez minimālā iztikas līmeņa (bieži tiek noteikts, piemēram, 1,5 minimālās algas apmērā) pēc sociālās aprūpes samaksas veikšanas, tādējādi aizsargājot viņas tiesības uz minimālu finansiālo drošību.

Deinstitucionalizācijas plāna 2015.-2023. gadam projekta "Vidzeme iekļauj" ietvaros Valmieras novada pašvaldībā tika izveidoti dažādi sociālie pakalpojumi bērniem ar funkcionāliem traucējumiem (FT) (speciālistu pakalpojumi) un pilngadīgām personām ar garīga rakstura traucējumiem (GRT). Tas ietver sociālās rehabilitācijas konsultācijas un nodarbības (piemēram, psihologa konsultācijas, mākslas terapiju, logopēda pakalpojumus utt.), sociālo rehabilitācijas centru bērniem ar FT, dienas aprūpes centra izveidi pilngadīgām personām ar GRT, specializēto darbnīcu un grupu dzīvokļu izveidi. Kopumā ir plašs sociālo pakalpojumu klāsts dažādām mērķa grupām, t.i., sociālie pakalpojumi ģimenēm ar bērniem. – sociālā darba, ģimenes asistenta/ pavadoņa pakalpojums bērniem ar invaliditāti, īslaicīgas uzturēšanās mītnes pakalpojums u.tml. Ir pieejama sociālā rehabilitācija no vardarbības cietušām personām - psihosociālā palīdzība un citas atbalsta formas, kas ir pieejamas personām, kuras cietušas no vardarbības. Ir pieejamas izglītojošas un atbalsta grupu nodarbības vecākiem un bērniem vai viņu ģimenēm. Ir arī pieejami ilgstošās un īslaicīgās aprūpes pakalpojumi, kā arī aprūpe mājās pakalpojums u.c.

Šie atbalsta pasākumi ir mērķēti uz ģimeņu un jauniešu sociālo labklājību, integrāciju un dzīves kvalitātes uzlabošanu, piedāvājot gan finansiālu palīdzību, gan pakalpojumus, kas atvieglo ikdienas dzīvi. Personām ar garīga rakstura traucējumiem Valmieras novadā un Latvijā vispār pieejami vairāki sociālās palīdzības un atbalsta pakalpojumu veidi, kas orientēti uz ikdienas dzīves atbalstu, integrāciju sabiedrībā un dzīves kvalitātes uzlabošanu. **Atbalsta personas pakalpojums/ ģimenes asistenta pakalpojums** nodrošina atbalstu ikdienas situāciju risināšanā gan personām ar garīga rakstura traucējumiem (GRT), gan ģimenēm ar bērniem, kuriem ir funkcionāli traucējumi u.c. mērķa grupām. Pakalpojuma mērķis ir palīdzēt organizēt ikdienas dzīvi, sniegt emocionālu un praktisku atbalstu. Apmērs ir līdz 40 stundām mēnesī uz

3 mēnešiem (iespējams pagarinājums līdz 6 mēnešiem). **Aprūpes pakalpojums** nodrošina aprūpi un uzraudzību personām ar smagiem funkcionēšanas ierobežojumiem, pieejams arī pieaugušajiem atbilstoši individuālām vajadzībām. Pakalpojums tiek piešķirts, pamatojoties uz Valsts komisijas atzinumu par īpašas kopšanas nepieciešamību. **Asistenta un pavadona pakalpojumi** palīdzība pārvietošanās un ikdienas darbību veikšanā ārpus mājoņa (skola, darbs, sociālās aktivitātes personām ar invaliditāti vai garīga rakstura traucējumiem. Ir pieejami sociālās rehabilitācijas un integrācijas pakalpojumi, grupu dzīvokļi, Dienas centri, un neformālās aktivitātes, kas palīdz attīstīt sociālās prasmes, iesaistīties sabiedriskajā dzīvē un sagatavoties darba tirgum (Skat. 2. Tabulu). Šajā apakšnodaļā nav iekļauti visi sociālie pabalsti un sociālie pakalpojumi, kas ir valstī noteikta obligāta sociālā palīdzība (piemēram, ārpusģimenes aprūpē un pēc tās esošajiem jauniešiem) un pašvaldības nodrošinātās brīvās iniciatīvas u.c. pabalsti, jo attiecas uz dažādām mērķa grupām un ir plašs atbalsta klāsts. Jauno speciālistu piesaistei Valmieras novada pašvaldība piešķir **stipendiju rezidentiem, kuri apgūst ģimenes ārsta specialitāti**. Stipendijas apmērs ir līdz 50% no valstī noteiktās minimālās mēnešalgas, atbilstoši pašvaldības budžeta iespējām. Atbalsts tiek piešķirts rezidentūras laikam ģimenes ārsta praksē. Pēc studiju pabeigšanas stipendijas saņēmējam ir pienākums reģistrēties Nacionālajā veselības dienestā primārās aprūpes sniedzēju gaidīšanas sarakstā sniegt ģimenes ārsta pakalpojumus Valmieras novadā vismaz trīs gadus pēc kārtas (2. tabula).

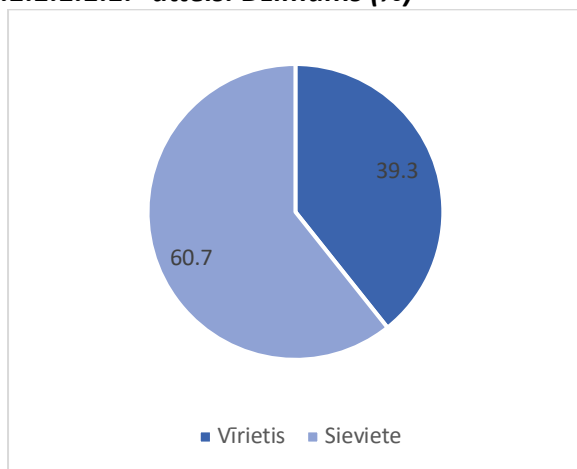
2. tabula. Pieejamā atbalsta veidi jauniešiem ar ierobežotām iespējām Valmieras novada pašvaldībā

Atbalsta veids	Saturs / apraksts	Mērķa grupa	Atbalsta apmērs / nosacījumi
Mājokļu vides pieejamības nodrošināšana (LM pasākums)	Mājokļa pielāgošana – uzbrauktuves, pacelāji, telpu pielāgošana	Bērni ar invaliditāti no 15 gadu vecuma	Atbalsts viena mājokļa pielāgošanai
Atbalsta personas vai ģimenes pakalpojums	Atbalsts ģimenei ikdienas situāciju risināšanai	- Ģimenes ar bērnu ar funkcionāliem traucējumiem - Viena vecāka ģimenes ar garīgās/psihiskās veselības traucējumiem	Līdz 40 stundām mēnesī uz 3 mēnešiem (iespējams pagarināt līdz 6 mēnešiem)
Aprūpes pakalpojums	Aprūpe un uzraudzība bērniem ar smagiem funkcionēšanas ierobežojumiem	Bērni ar invaliditāti vecumā no 5 līdz 18 gadiem	Piešķir, pamatojoties uz Valsts komisijas atzinumu par īpašas kopšanas nepieciešamību
Asistenta un pavadona pakalpojumi	Palīdzība pārvietošanās un ikdienas darbību veikšanā ārpus mājoņa	Bērni ar invaliditāti vecumā no 5 līdz 18 gadiem (ar VDEĀVK atzinumu)	Nodrošina asistenta vai pavadona pakalpojumu personai ar pieredzi darbā ar cilvēkiem ar invaliditāti
Nekustamā īpašuma nodokļa atvieglojumi	NĪN atlaide par dzīvesvietu	Ģimenes, kuru aprūpē ir bērns ar invaliditāti	50% atlaide no aprēķinātās NĪN summas (ja īpašums netiek izmantots saimnieciskajā darbībā un ir deklarētā dzīvesvieta)

4. Pētījumu rezultāti

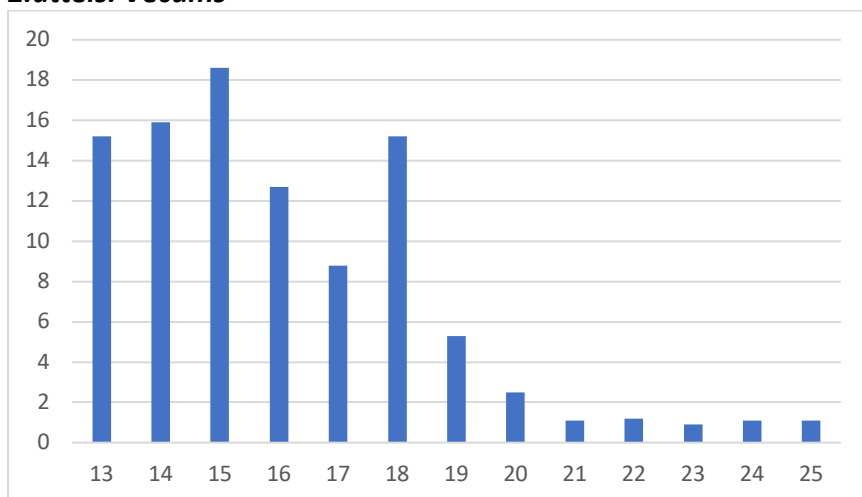
4.1. Demogrāfiskie dati

3.4.1.1.1.1. attēls. Dzimums (%)



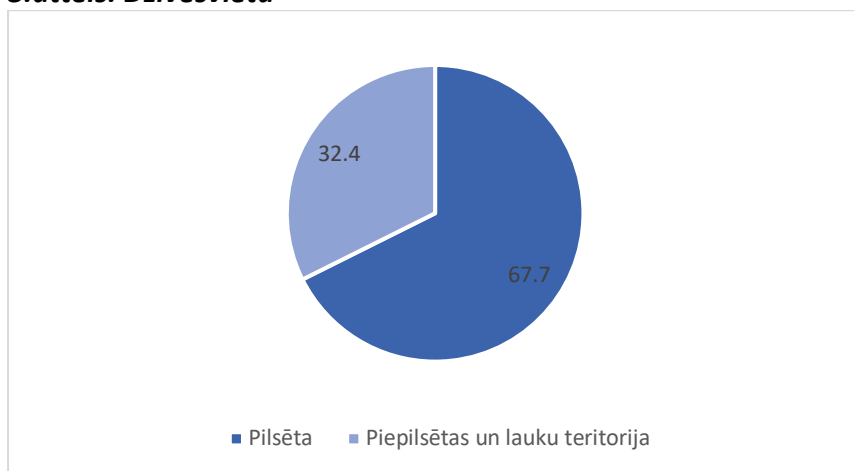
N=638

2.attēls. Vecums



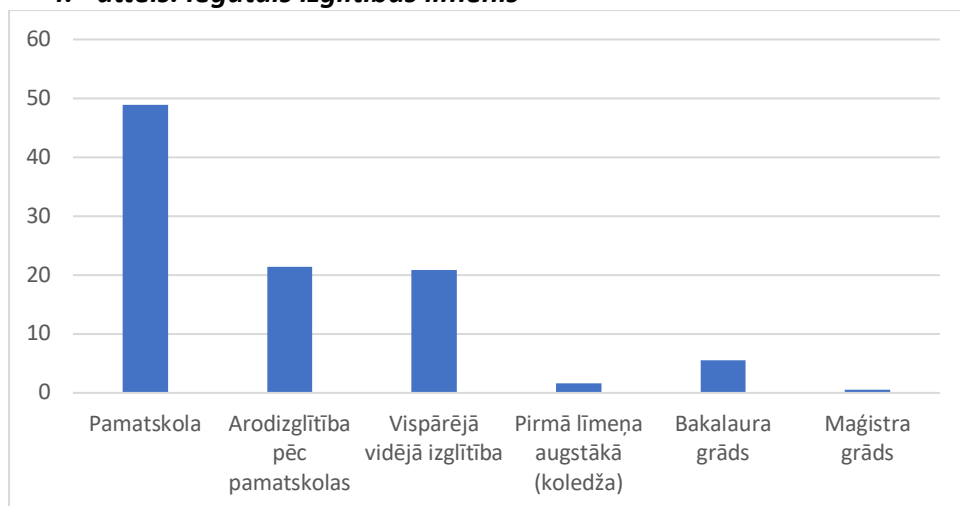
N=643

3.attēls. Dzīvesvieta



N=643

4. attēls. Iegūtais izglītības līmenis



N=183

4.2. Sociālie šķēršļi

Sociālie šķēršļi jauniešu pārejai pieaugušā dzīvē ir faktori, kas ierobežo viņu spēju veiksmīgi integrēties sabiedrībā un sasniegt neatkarīgu, stabilu un apmierinošu dzīves līmeni. Tie izpaužas gan kā objektīvi apstākļi, gan subjektīva neapmierinātība ar dzīves kvalitāti un sociālajām attiecībām.

Šajā pētījumā bija vairāki jautājumi, uzdoti, lai novērtētu jauniešu:

- **(Ne-)apmierinātība ar dzīvi kopumā**, kas atspoguļo emocionālu nedrošību un zemu pašvērtējumu;
- **Neapmierinātība ar savu izskatu un iespējām veltīt laiku sev**, kas var mazināt pašapziņu un psiholoģisko labbūtību;
- **Grūtības attiecībās ar ģimeni un draugiem**, kas ierobežo sociālo atbalstu un piederības sajūtu;
- **Neapmierinātība ar dzīvi ārpus skolas vai darba**, kas var norādīt uz sociālās līdzdalības trūkumu un ierobežotām brīvā laika iespējām;
- **Slikts veselības stāvoklis vai negatīvs veselības pašvērtējums**, kas kavē pilnvērtīgu līdzdalību izglītībā, darbā un sabiedriskajā dzīvē;
- **Neaktīvs dzīvesveids**, kas samazina sociālās un fiziskās labklājības potenciālu;
- **Nestabila nodarbošanās vai bezdarbs**, kas kavē finansiālu neatkarību un profesionālo attīstību;
- **Mājokļa nepieejamība, slikts stāvoklis (mitrums, aukstums, nav labierīcības u.c.), vai nedrošība**, kas traucē izveidot stabilu dzīves vidi un veicina sociālo ievainojamību.

Kopumā šie sociālie šķēršļi savstarpēji mijiedarbojas, ietekmējot jauniešu spēju kļūt patstāvīgiem, emocionāli stabiliem un pieaugt.

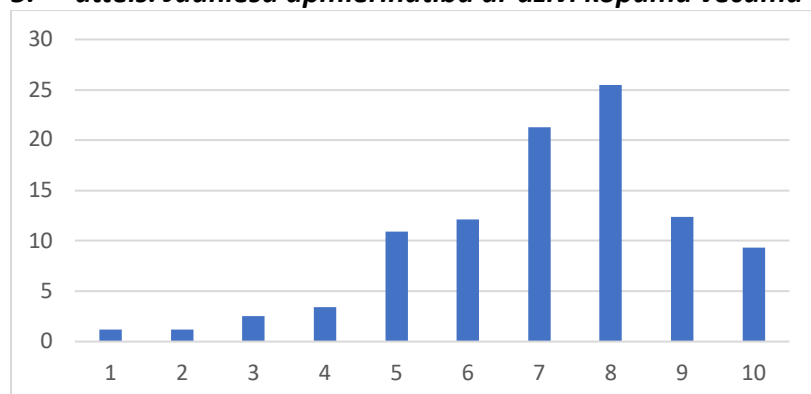
4.2.1. Jauniešu apmierinātība ar dzīvi

Kopumā dati rāda, ka jaunieši vecumā no 13 līdz 25 gadiem pārsvarā ir apmierināti ar savu dzīvi, un tikai neliela daļa izjūt būtisku neapmierinātību. Tas norāda uz labvēlīgu vispārējo dzīves kvalitāti šajā vecumposmā. Zemāku vērtējumu (1–4 balles) ir norādījuši 8.3% jauniešu.

Atbildot uz jautājumu, cik lielā mērā jaunieši kopumā jūtas apmierināti ar savu dzīvi skalā no 1 līdz 10, kur 1 ir pavisam neapmierināts (-a) un 10 – pilnībā apmierināts (-a), lielākā daļa jauniešu vērtē savu apmierinātību ar dzīvi augstu (68.5%). Visbiežāk minētais vērtējums ir 8 balles (25.5%), kas norāda uz kopumā pozitīvu pašsajūtu un labu dzīves kvalitātes uztveri. Nākamās biežākās atbildes ir 7 balles (21.3%) un 6 balles (12.1%), kas apliecina, ka lielākā daļa jauniešu izjūt apmierinātību, lai gan nav pilnībā apmierināti ar dzīvi. **Zemāku vērtējumu (1–4 balles) norādīja 8.3% jauniešu, kas var liecināt par dažāda veida grūtībām, ar ko sastopas jaunieši šajā vecuma posmā.** Savukārt ļoti augstu apmierinātības līmeni (9–10 balles) atzīmējuši aptuveni 9.3% jauniešu, kas atspoguļo kopumā pozitīvu emocionālo un sociālo labklājību šajā vecuma grupā (5. attēls).

Fokusgrupu diskusijās (FGD) un intervijās ar jauniešiem, kuriem ir intelektuālā rakstura traucējumi un funkcionālie traucējumi, kā arī jaunie vecāki, norādīja, ka kopumā ir apmierināti ar dzīvi, vērtējot no 7-9 ballu skalā. Atsevišķi jaunieši norādīja, ka jūtas sliktāk, pamatojot ar veselības traucējumiem un citām ģimenes grūtībām, ar ko šobrīd saskarās.

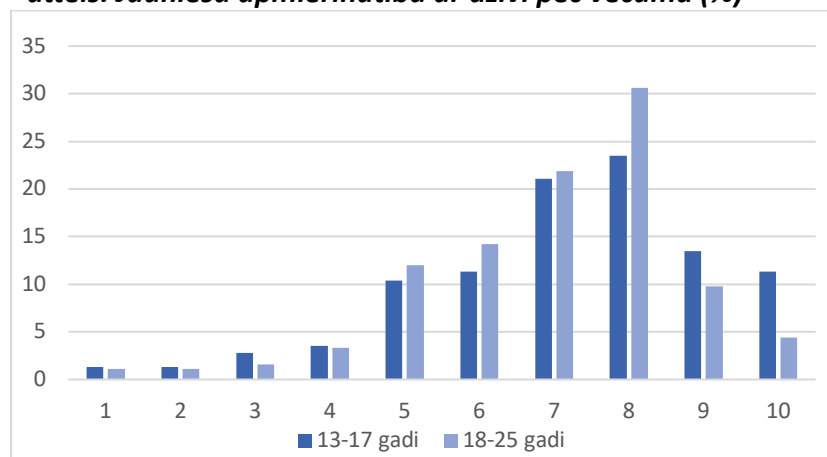
5. attēls. Jauniešu apmierinātība ar dzīvi kopumā vecumā 13-25 gadi (%)



N=643

Vērtējumā pēc vecuma nav būtiskas atšķirības starp abām vecuma grupām. Gandrīz puse (48.3%) jauniešu vecumā no 13–17 gadiem ir pilnībā apmierināti un apmierināti (8–10 balles) kopumā ar savu dzīvi, kas liecina par labu emocionālo pašsajūtu. Vidēji apmierināti ir 32.4% un **neapmierināti vai pilnībā neapmierināti ir 8.9% jauniešu**. Jaunieši vecumā no 18–25 gadi visbiežāk minētais vērtējums ir 8 balles (30.6%), kas norāda uz augstu apmierinātību ar dzīvi kopumā. Arī 7 balles (21.9%) un 6 balles (14.2%) ir bieži sastopami vērtējumi, apliecinot, ka vairāk nekā puse jauniešu jūtas kopumā labi. **Tikai 7.1% jauniešu šajā vecuma grupā savu apmierinātību vērtē ļoti zemu (1–4 balles)**. Apmierinātība ar dzīvi samazinās pieaugot vecumam, kas var būt saistīts ar kritiskāku vērtējumu dažādās dzīves jomās saistībā ar pieaugšanu (piemēram, studijas, darbs, patstāvība), salīdzinot ar pusaudžu vecumu (6. attēls).

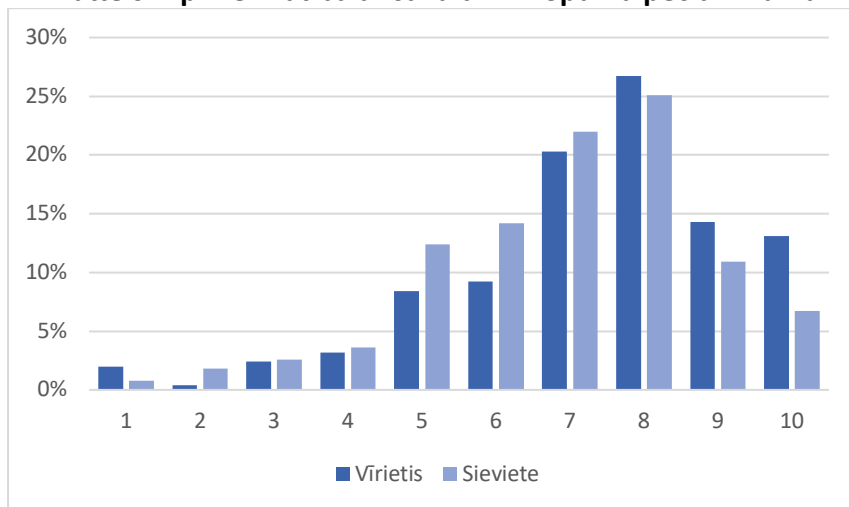
6. attēls. Jauniešu apmierinātība ar dzīvi pēc vecuma (%)



N=463

No datu analīzes par jauniešu apmierinātību ar dzīvi pēc dzimuma, var secināt, ka vīriešu un sieviešu vērtējumi kopumā ir līdzīgi, taču ir novērojamas dažas atšķirības apmierinātības līmeņos un sadalījumā pa skalas pakāpēm. Vīrieši visbiežāk novērtē savu dzīvi ar 8 ballēm (26.7%), ar 7 ballēm (20.3%) un 9-10 ballēm (27.4%), t.i., 84.4% vīriešu, kas liecina par ļoti pozitīvu dzīves uztveri. Liela daļa sieviešu arī novērtē savu dzīvi ar 7 ballēm (22%), 8 ballēm (25.1%), kas ir līdzīgs vērtējums kā vīriešiem, bet tikai 17.6% norāda ļoti augstu vērtējumu (9-10 balles). Tāpat vidēji vērtējumi ir biežāk (5-6 balles), nekā vīriešiem – 26.6%. Līdzīgi - 8% sieviešu un 8.8% vīriešu, gadījumos norāda, ka ir neapmierināti vai pilnībā neapmierināti ar dzīvi kopumā (1-4 balles) (7. attēls).

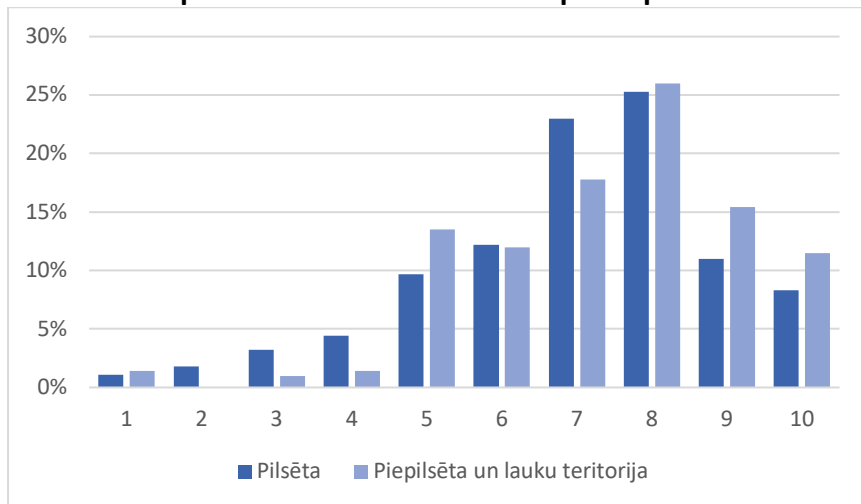
7. attēls. Apmierinātība ar savu dzīvi kopumā pēc dzimuma



N=463

Gan pilsētu (48.3%), gan lauku un piepilsētas (43.8%) jaunieši kopumā savu dzīvi vērtē pozitīvi – dominē vērtējumi 7–8 balles, kas ir augsts apmierinātības līmenis. Tomēr ir redzamas nelielas, bet nozīmīgas atšķirības apmierinātības līmenī atkarībā no dzīvesvietas. **Ar savu dzīvi pilsētā kopumā ir neapmierināti 10.5% jaunieši, kamēr laukos un piepilsētā tie ir tikai 3.8% jauniešu, kas ir neapmierināti ar savu dzīvi (1-4 balles).** Vēl 11.0% izvēlas 9 balles, un 8.3% – 10 balles, tātad kopā 67.6% jauniešu ir izteikti apmierināti ar savu dzīvi (8. attēls).

8. attēls. Apmierinātība ar savu dzīvi kopumā pēc dzīvesvietas



N=463

4.2.2. Jauniešu apmierinātība ar dažādiem dzīves aspektiem

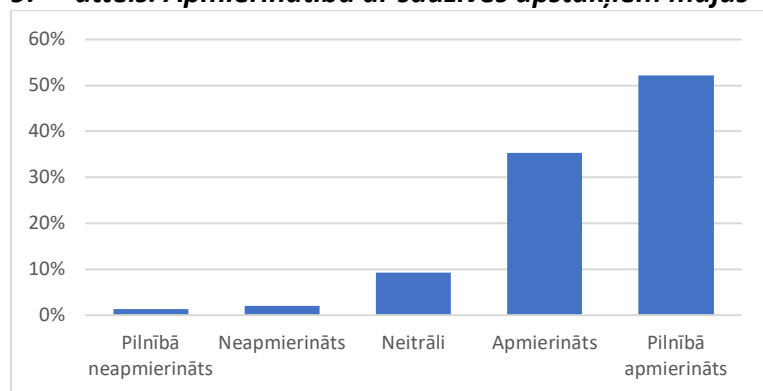
Jautājuma būtība bija noskaidrot jauniešu apmierinātību ar dažādiem savas dzīves aspektiem, kas atspoguļo viņu vispārējo dzīves kvalitāti un sociālās labklājības izjūtu. Jautājums palīdz saprast, cik pozitīvi jaunieši uztver savu ikdienu un attiecības dažādās dzīves jomās – apmierinātība ar materiālo situāciju (sadzīves apstākļi, īpašumi), personiskajā (veselība, izskats, brīvais laiks, izglītība) un sociālajā (attiecības ar ģimeni, draugiem, kolēģiem,

kaimiņiem) dzīves jomā. Atbildes palīdz saprast, kādi ir galvenie sociālie un personīgie šķēršļi jauniešu labbūtībai.

4.2.3. Apmierinātība ar sadzīves apstākļiem mājās

Kopumā lielākā daļa (87.4%) jauniešu ir pilnībā-/ apmierināti ar sadzīves apstākļiem mājās vecumā no 13-25 gadiem, bet būtiskas atšķirības pēc vecuma, salīdzinot 13-17 un 18-25 gadus jauniešus - nepastāv. **Pavisam-/ neapmierināti ir tikai 3.2% jauniešu**, bet atšķirības starp vecuma grupām nav nozīmīgas. Neapmierinātība ar apstākļiem mājās nedaudz pieaug ar vecumu (9. attēls).

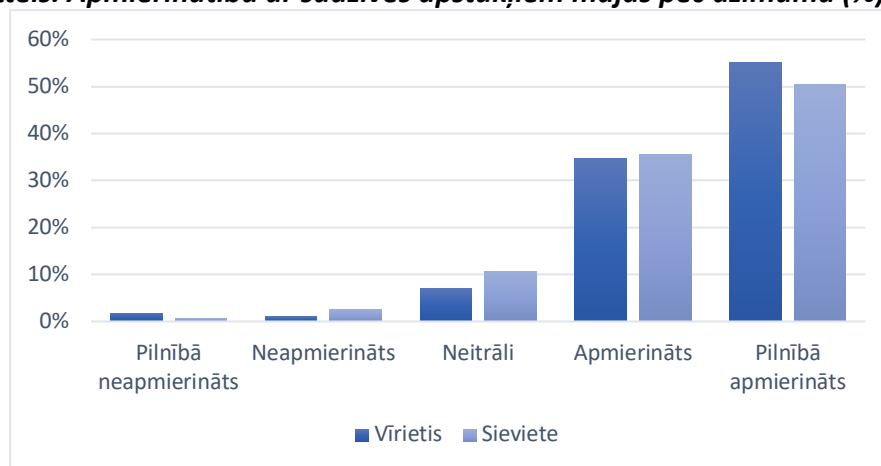
9. attēls. Apmierinātība ar sadzīves apstākļiem mājās



N=463

Vīriešu vidū apmierinātība ar sadzīves apstākļiem mājās ir nedaudz augstāka (89.7%) nekā sieviešu vidū (86.1%), un puse (55%) no viņiem jūtas pilnībā apmierināti ar dzīvi. Sievietes biežāk izvēlas neitrālu atbildi (10.6% pret 7.2%), kas var iespējams norādīt uz nelielu nenoteiktību attiecībā uz apmierinātību ar sadzīves apstākļiem mājās (10. attēls).

10. attēls. Apmierinātība ar sadzīves apstākļiem mājās pēc dzimuma (%)

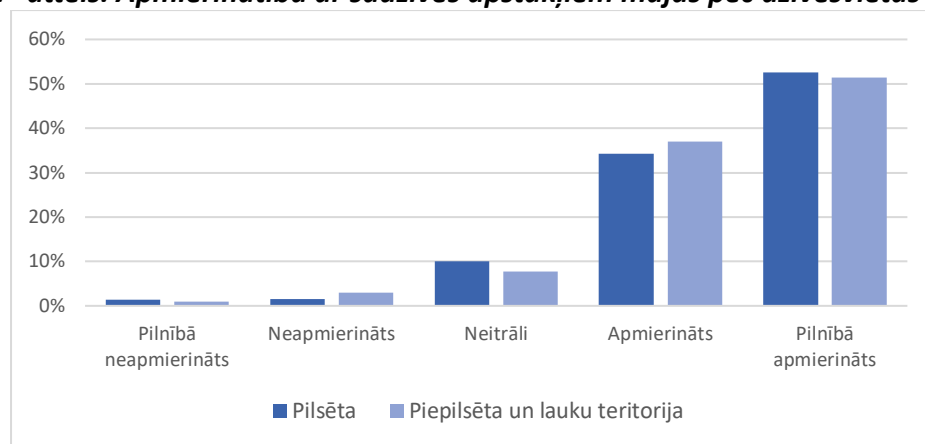


N=463

Kopumā vairums jauniešu (87.4%) ir apmierināti vai pilnībā apmierināti ar apstākļiem mājās neatkarīgi no dzīvesvietas. **Tikai 3.2% jūtas neapmierināti vai pilnībā neapmierināti, kas liecina par augstu apmierinātības līmeni jauniešu vidū ar apstākļiem mājās.** Tikai 3.0% jauniešu pilsētā neapmierināti vai pilnībā neapmierināti. Arī laukos dzīvojošie jaunieši

pārsvarā ir apmierināti ar apstākļiem mājās, un pozitīvo vērtējumu īpatsvars ir pat nedaudz augstāks (88.4%) nekā pilsētā (86.9%) (11. attēls).

11. attēls. Apmierinātība ar sadzīves apstākļiem mājās pēc dzīvesvietas (%)



N=643

Lai arī jauniešu vērtējums par sadzīves apstākļiem mājās kopumā ir pozitīvs, tas ir subjektīvs un relatīvs — jaunieši savu dzīves kvalitāti vērtē, balstoties uz personīgo pieredzi un ierasto dzīves līmeni. Intervijās jaunieši atklāj, ka ir kopumā apmierināti ar sadzīves apstākļiem mājās, bet uzdodot jau specifiskākus jautājumus, atklājās, ka mājoklis ne vienmēr ir labiekārtots, īpaši lauku teritorijā, vai nelielā platībā mitinās vairākas pieaugušas personas kopā ar bērniem.

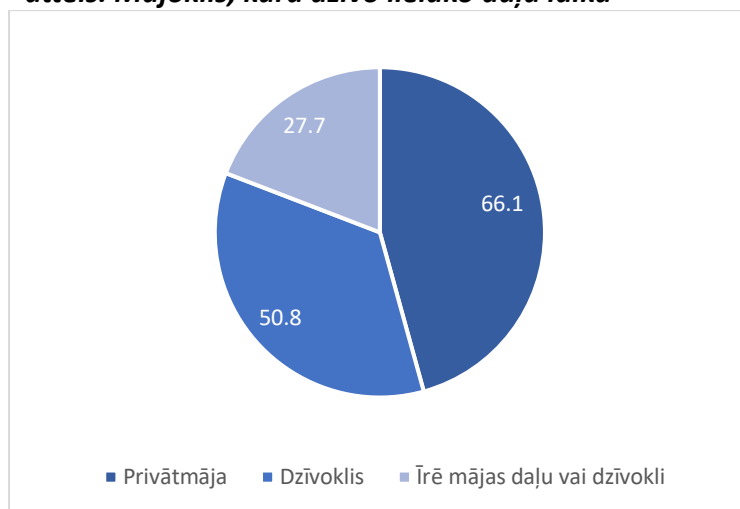
“Mēs trijātā tagad dzīvojam [ar nesen dzimušu bērnu] vienā istabā, tētis otrā istabā.” (Jaunietis ar intelektuāliem traucējumiem). *“Mums ir liela māja – mēs tur kādi 10 -visi kopā. (..) mums ir vajadzīgs liels remonts. Tur daudz darba un jāieguldās.”* (Intervija ar jauniešu no lauku teritorijas). *“Mēs ar mammu dzīvojam divatā. Mums pietiek.”* (Jauniete, dzīvo pilsētā). *“Mēs ar brāli vienā istabā, ar mums arī oma dzīvo”* (Jaunietis ar funkcionāliem traucējumiem).

Tādējādi jaunietis, kurš nav pieredzējis labākus apstākļus, var uzskatīt savu situāciju par apmierinošu, pat ja objektīvi tā varētu būt pieticīga un neatbilstoša mūsdienu labklājības valsts standartiem. Lai iegūtu precīzāku un objektīvāku priekšstatu par jauniešu dzīves apstākļiem, pētījumā tika iekļauti papildjautājumi par mājokļa situāciju — identificējot ar mājokli saistītās problēmas, noskaidrojot mājās pieejamos resursus (piemēram, interneta pieslēgumu, datoru, mobilo telefonu, transporta pieejamību u.c.), kā arī cilvēku skaitu, ar kuriem jaunietis dzīvo vienā mājoklī¹⁵.

Lielākā daļa jauniešu no visiem aptaujātajiem vecumā no 13-25 gadiem norāda, ka dzīvo privātmājā (66.1%), savukārt ievērojama daļa – dzīvoklī (50.8%). Salīdzinoši neliela daļa jauniešu, kas ir vecumā no 18-25 gadiem – ir ē mājās daļu vai dzīvokli (27.7%) (12. attēls).

¹⁵ Jautājumi tika adaptēti no EU-SILC metodoloģijas “Mājokļa apstākļi”, kas ir tulkoti latviešu valodā un pieejami Oficiālās statistikas portālā stat.gov.lv.

12. attēls. Mājoklis, kurā dzīvo lielāko daļu laika

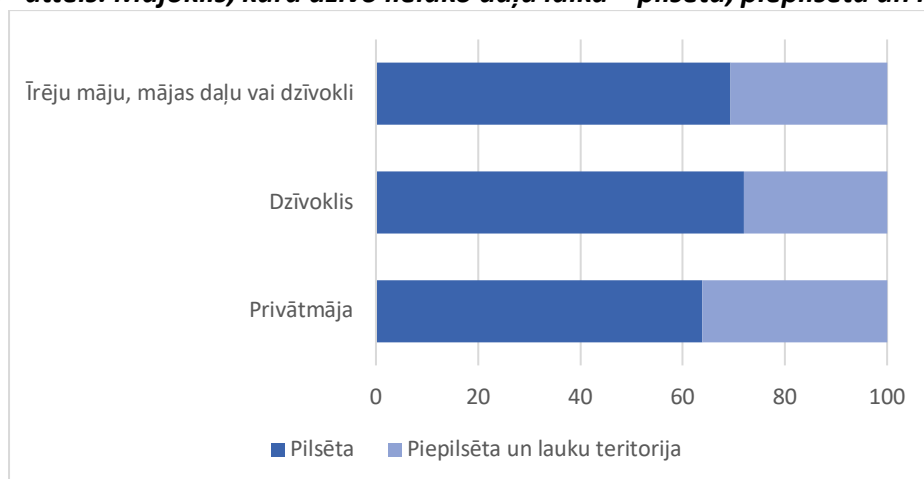


N=643

Pilsētā dzīvo 63.9% jauniešu privātmājā, bet dzīvokļos dzīvo 72% jauniešu. Šie dati atspoguļo daļēji neraksturīgu situāciju, jo privātmājas tradicionāli vairāk raksturīgas lauku teritorijai, vienlaikus dati apstiprina, ka dzīvokļu dzīvojamais fonds ir raksturīgāks tieši pilsētvides apstākļiem. Īrētie mājokļi biežāk sastopami pilsētās, kur jaunieši meklē izglītības vai darba iespējas, un īre ir elastīgāks risinājums mobilitātei. Laukos īres tirgus ir mazāk attīstīts, tāpēc tur dzīvojošie jaunieši biežāk mitinās ģimenes mājokļos vai savos īpašumos. Tikai 28% jauniešu dzīvo dzīvoklī, kamēr privātmāja ir 36.1% jauniešu (9. Attēls). Intervijās jaunieši atklāj, ka dzīvo ar vecvecākiem kopā, laukos visbiežāk tās ir privātmājas, kā arī dzīvo kopā ar brāļiem vai māsām vai arī ģimenē ir materiālās grūtības, kādēļ mājās apstākļi arī ir pieticīgi.

“Tētīm ir grūtības ar darbu, tad arī mājās ir grūti – ar tiem rēķiniem un tā. Viņam veselības problēmas. Nevar strādāt.” (Jaunietis ar funkcionāliem traucējumiem). *“Man ir sava istaba. Es dzīvoju ar omu un opi. Vecāki brauc ciemos. Man ir dators, televizors, gulta, viss ir.”* (Jaunietis ar GRT). Pilsētā dzīvojošo jauniešu ar funkcionāliem traucējumiem arī apstākļi ir dažādi un ir atkarīgi no ģimenes kopējā labklājības līmeņa. Bieži rūpes par jauniešiem uzņemas tieši vecvecāki vai tās ir ģimenes ar vienu vecāku, kādēļ arī apstākļi var būt materiālā ziņā sarežģīti.

13. attēls. Mājoklis, kurā dzīvo lielāko daļu laika – pilsēta, piepilsēta un lauku teritorija (%)

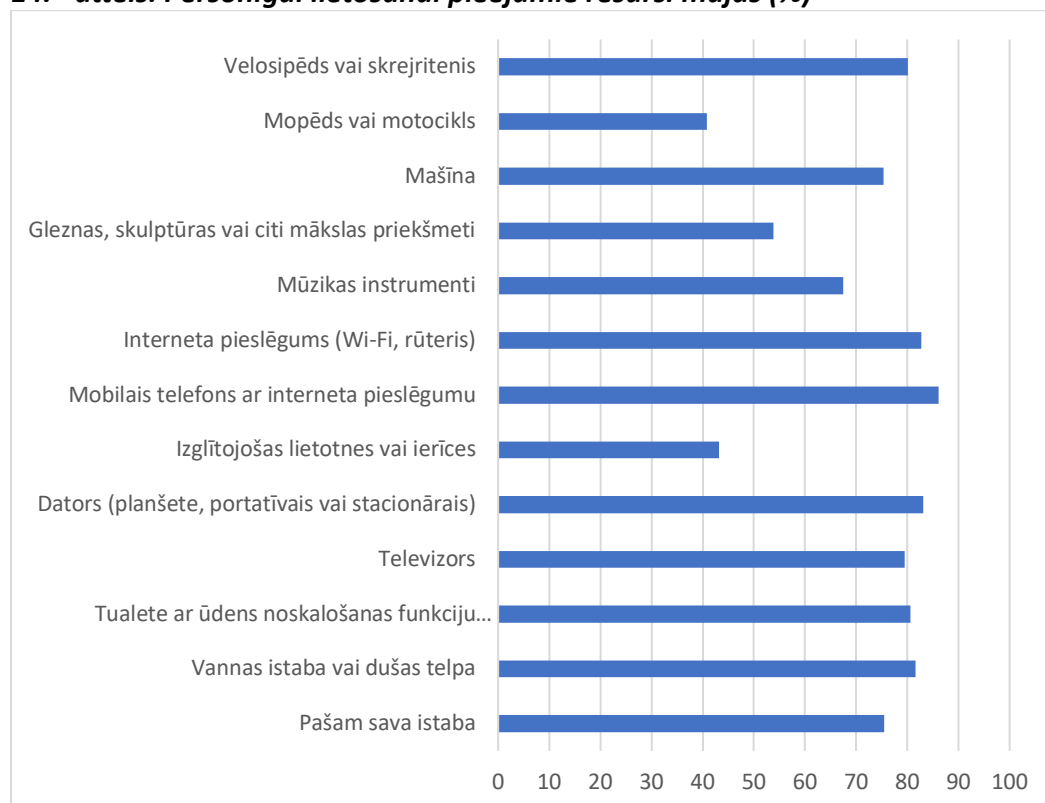


N=643

Lielākā daļa jauniešu dzīvo labiekārtotās mājās, taču privātās telpas trūkums daļai norāda uz zināmu dzīves kvalitātes nevienlīdzību. Tehnoloģijas ir gandrīz visiem jauniešiem, bet to izglītojošā potenciāla izmantošana ir ierobežota. Jaunieši kopumā ir labi nodrošināti ar viņiem pieejamiem pārvietošanās līdzekļiem, kas paplašina viņu iespējas sociālai un ekonomiskai līdzdalībai.

Jaunieši tika aicināti norādīt, kas viņiem ir pieejams personīgai lietošanai. Lielākajai daļai jauniešu ir nodrošinātas pamatvajadzības un sadzīves ērtības. Vannas istaba vai dušas telpa (81.6%) un tualete ar ūdens noskalošanas funkciju (80.6%) ir pieejama lielākajai daļai jauniešu, kas kopumā liecina par labiem dzīves apstākļiem. Pašam savam istaba (75.5%) ir pieejama vairākumam, tomēr **gandrīz katram ceturtajam jauniešim šādas privātās telpas nav, kas var ietekmēt gan mācību iespējas, gan privātuma sajūtu.** Digitālie un izglītojošie resursi ir pieejami lielākajai daļai jauniešu. Dators (83.1%), mobilais telefons ar interneta pieslēgumu (86.1%) un interneta piekļuve mājās (82.7%) ir plaši pieejami, kas apliecina augstu digitālo nodrošinājumu un informācijas pieejamību. Taču izglītojošas lietotnes vai ierīces izmanto tikai 43.2% jauniešu, kas liecina, ka **digitālās ierīces galvenokārt tiek lietotas izklaidei un saziņai, nevis mācībām vai pašizugsmei.** Kultūras, mākslas un radošumu veicinošie priekšmeti ir pieejami vairāk nekā pusei jauniešu, t.i., mūzikas instrumenti (67.5%) un mākslas priekšmeti (53,8%). **Tomēr joprojām ievērojamai daļai šādus priekšmetus mājās jaunieši nav atzīmējuši. Tas var atspoguļot sociālekonomiskās atšķirības un nevienlīdzīgu piekļuvi radošām aktivitātēm dažādās māsaimniecībās.** Mašīna (75.3%) un velosipēds vai skrejriteņis (80.1%) ir plaši pieejami, kas liecina par labu mobilitāti un neatkarību lielākajā daļā māsaimniecību. Mopēds vai motocikls (40.8%) ir mazāk izplatīts, iespējams, augstāku izmaksu un vecuma ierobežojumu dēļ (13. attēls). Jauniešu ar funkcionāliem traucējumiem sadzīves apstākļi arī ir lielā mērā atkarīgi no ģimenes situācijas. Jaunieši norāda, ka dzīvo nepilnās un šķirtās ģimenēs, kas var būtiski ierobežot resursu pieejamību. Šajās ģimenēs jānovērtē iespējas sniegt sociālo palīdzību un nodrošināt sociālos pakalpojumus, lai situācija uzlabotos (14. attēls)

14. attēls. Personīgai lietošanai pieejamie resursi mājās (%)

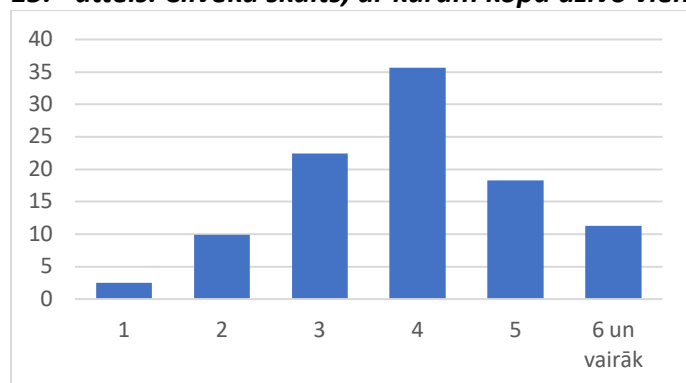


N=643

Lielākā daļa jauniešu (76.3%) dzīvo 3–5 cilvēku mājsaimniecībās, kas atbilst vidēji lielās ģimenes modelim. Visbiežāk jaunieši dzīvo četru cilvēku lielā mājsaimniecībā (35.6%), kas atbilst tipiskai divu vecāku un divu bērnu ģimenei. Trīs cilvēku mājsaimniecībās dzīvo 22.4% jauniešu, kas var norādīt uz viena vecāka ģimenēm vai mazākām ģimenēm ar vienu bērnu. Piecu cilvēku mājsaimniecībās dzīvo 18,3%, kas atspoguļo vairāku bērnu ģimenes vai situācijas, kur ar jauniešiem dzīvo arī vecvecāki vienā mājsaimniecībā. Tikai 2.5% jauniešu dzīvo vieni paši, kas ir ļoti neliela daļa un liecina, ka lielākā daļa jauniešu vēl nav pilnībā patstāvīgi vai dzīvo kopā ar ģimeni. 9,9% dzīvo divatā, kas var nozīmēt dzīvošanu ar vecāku, partneri vai citu radnieku. Šī grupa var atspoguļot pārejas posmu uz neatkarīgu dzīvi, kad jaunieši vēl saglabā ciešu saikni ar ģimeni. **11.3% jauniešu dzīvo sešu vai vairāk cilvēku mājoklī, kas norāda uz daudz bērnu ģimenēm vai kopdzīvi ar paplašināto ģimeni (vecvecākiem, radniekiem). Šādās mājsaimniecībās var būt ierobežots privātums un telpas trūkums, bet vienlaikus arī spēcīgāka ģimenes kopība un savstarpējais atbalsts (15. attēls).** Jaunās ģimenes – vecāki ar maziem bērniem, atklāj, ka ir bijušas grūtības atrast piemērotu mājokli, kas būtu silts un piemērots dzīvošanai. “Mēs paši veicām remontu, tur bija izpuvusi grīda dzīvoklī. (...) Mēs tad viena mēneša laikā divas reizes pārvācāmies.” (Jauna sieviete ar bērnu). Pilsētā ir grūtāk atrast piemērotu dzīvošanai mājvietu ar zemākām izmaksām.

“Es dzīvoju kopā ar trīs vienā istabā. (...) Esmu pieradis, man netraucē” (Jauniešs ar intelektuāla rakstura traucējumiem). Lai arī jaunieši norāda, ka ir pieraduši pie sadzīves apstākļiem, tomēr arī skolu vidē ir jānovērtē, vai personām ar neiropsihiskiem traucējumiem (piemēram, UDHS, Autistiskā spektra u.c. garīga rakstura traucējumu diagnožu grupām) ir atbilstoši risinājumi pusaudžu vecuma attīstības posma vajadzībām.

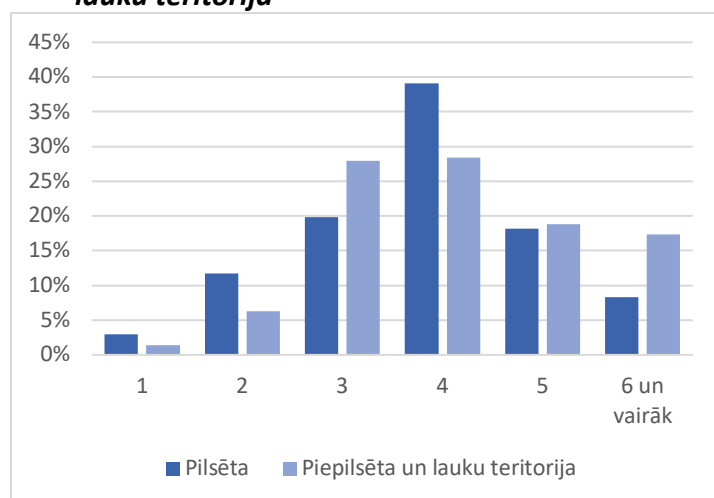
15. attēls. Cilvēku skaits, ar kurām kopā dzīvo vienā mājsaimniecībā (%)



N=643

Mazākas mājsaimniecības (1-2 personas), t.i., vienpersonu un divu cilvēku mājsaimniecības biežāk sastopamas pilsētā (14.7%). Laukos tikai 7.7% ir šādu mājsaimniecību. Vidēja lieluma mājsaimniecības (3–4 cilvēki) dominē abās teritorijās. Lielas mājsaimniecības (5–6 un vairāk cilvēki) ir biežākas laukos (36.1%) nekā pilsētā (26.5%), īpaši 6+ cilvēku mājsaimniecības (skat. 16. attēls). Intervijās bija vairāki jaunieši, kas norāda uz lielu skaitu personu, ar kuriem dzīvo kopā, jo ir no daudz bērnu ģimenēm vai dzīvo kopā vēl ar vecvecākiem, radniekiem. *“Mūsu ir daudz – man ir 3 brāļi, māšas.”* (Jaunietis ar funkcionāliem traucējumiem). *“Mēs esam 7 brāļi un māšas.”* (Jaunietis ar GRT).

16. attēls. Cilvēku skaits, ar kurām kopā dzīvo vienā mājsaimniecībā – pilsēta, piepilsēta un lauku teritorija



N=643

Kopējais skaits, kas norādīja uz kādu ar mājokli saistītu problēmu, ir 31,9% jauniešu (N = 212). Katras konkrētās problēmas procentuālās vērtības norāda, cik liela daļa no visiem aptaujātajiem saskaras ar kādu problēmu. Visbiežāk minētās problēmas ir **novecojošas mēbeles un aprīkojums (30.7%)** un jaunieši saskaras bieži ar **nepietiekamu apkuri vai mitrumu (25%)**. Tāpat 17% jauniešu saskaras ar **tekošu jumtu, mitrām sienām, griestiem un grīdu**. Pārāk tumšs, maz dienas gaismas skar **10.8% jauniešu**. Retāk minētas, bet būtiskas problēmas – **nav iebūvēta vanna vai duša iekštelpās (9%)**, **bet tualete ar noskalošanas funkciju nav 7.1% jauniešu** (17. attēls).

17.attēls. Ar mājokli saistītās problēmas (%)

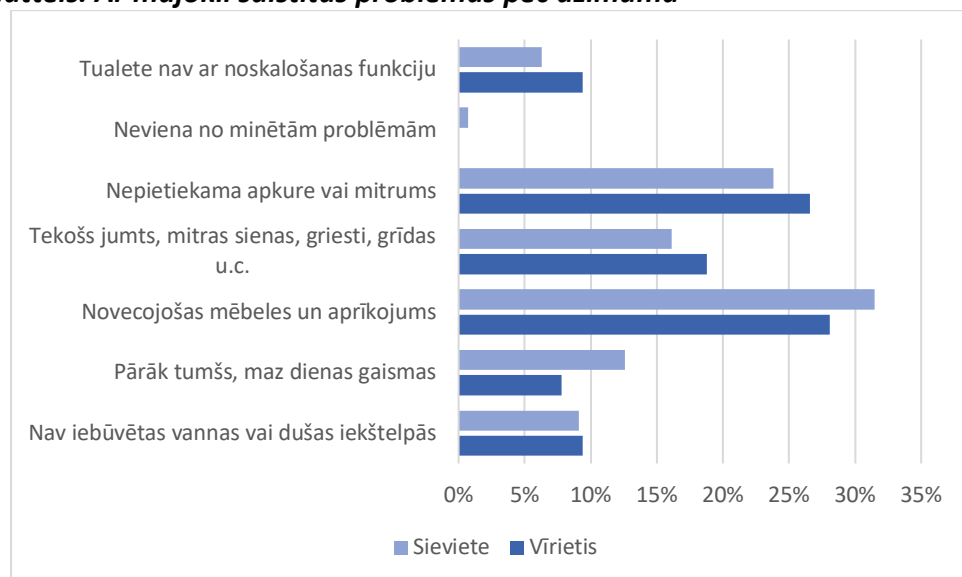


N=212

“Mums tagad [oktobris] nav apkure vēl. Tad ir auksti.” (Jaunietis, dzīvoklī dzīvo). *“Ir auksti, jākurina...”* (Jaunietis, dzīvo privātmājā ar vecvecākiem). *“Es sasedzos ar daudzām segām, tad ir labi.”* (Jauniete dzīvo dzīvoklī). *“Kad bijām tajā vecajā vietā – vējš pūta no loga iekšā dzīvoklī. Kamēr remontu taisījām – visa grīda bija sapuvusi. Tad tikko mazais bija piedzimis. Es braucu tikmēr uz laukiem.”* (Jauniete, dzīvo īrētā dzīvoklī).

Analizējot ar mājokli saistītās problēmas pēc dzimuma, rezultāti liecina, ka **sievietes** biežāk norāda nepietiekamu **dienas apgaismojumu (12.6%)** un **novecojušas mēbeles (31.5%)**. Vīrieši (18.8%) biežāk norāda uz **būvniecības defektiem (jumts, mitras sienas u.c.)** un nepietiekamu **apkuri/mitrumu (26.6%)**. Sanitārais aprīkojums problēmas ir līdzīgas abiem dzimumiem (16. attēls). Intervijās tikai viens jaunietis norādīja par būtiskām problēmām mājas konstrukcijās, bet pārējie bija apmierināti (18. attēls).

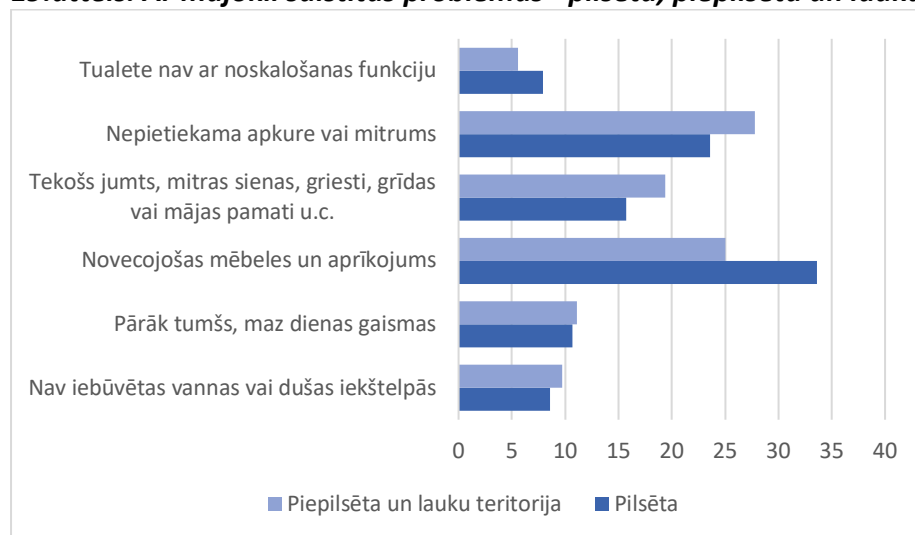
18.attēls. Ar mājokli saistītās problēmas pēc dzimuma



N=212

Analizējot datus pēc apdzīvotās teritorijas, pilsētā (33.6%) vairāk jaunieši min novecojušas mēbeles un aprīkojumu. Savukārt laukos biežāk sastopamas problēmas ir jumts, mitras sienas, pamati (19.4%), kā arī apkure un mitrums (27.8%). Sanitārais aprīkojums un dienas gaisma praktiski bez atšķirībām (19. attēls).

19.attēls. Ar mājokli saistītās problēmas - pilsētā, piepilsētā un lauku teritorija (%)



N=212

Kopsavilkums

Jauniešu mājokļu apstākļi kopumā ir pozitīvi, bet pastāv nevienmērīga pieejamība resursiem un privātai telpai, kā arī pastāv problēmas ar būvniecības defektiem un infrastruktūru. Pašvaldība var mērķtiecīgi uzlabot dzīves kvalitāti, attīstot dzīvojamo fondu, uzlabojot esošo infrastruktūru (apkuri, ūdens, kanalizācijas pieslēgumus), piešķirot ģimenēm ar vairākiem bērniem lielāku dzīvojamo platību vai palīdzot jauniešiem, kas vēlas dzīvot patstāvīgi, veicinot izglītībai nepieciešamo digitālo resursu pieejamību un nodrošinot sociālās palīdzības un pakalpojumu pieejamību jauniešiem ar ierobežotām iespējām, t.sk., ārpusģimenes aprūpē esošiem, lauku teritorijā dzīvojošo, ar intelektuāliem un funkcionāliem traucējumiem, trūcīgām un maznodrošinātām personām.

Ieteikumi jauniešu mājokļu apstākļu un dzīves kvalitātes uzlabošanai:

1. Piesaistīt ES līdzfinansējumu energoefektivitātes uzlabošanai, komunālās saimniecības un apkures sistēmu modernizēšanai, īpaši laukos, t.sk., ēku jumtu, sienu un pamatu remontu vai rekonstrukciju programmas.
2. Sniegt atbalstu trūcīgām un maznodrošinātām, kā arī citām augstākam nabadzības un sociālās izstumtības riskam pakļautām mērķa grupām, t.sk., mēbeļu un sadzīves aprīkojuma atjaunošanai vai iegādei, īpaši pilsētās.
3. Sniegt palīdzību mājokļu jautājumu risināšanā lielās mājsaimniecībās, nodrošinot ar lielāku dzīvojamo telpu vai palīdzot izveidot papildu telpu, pārcelties jauniešiem, kas vēlas dzīvot patstāvīgi, lai jaunieši iegūtu savu istabu/ telpu mācībām un privātam.
4. Skolās ar nakšņošanas iespējām jauniešiem ar neiropsihiskiem traucējumiem vai citiem funkcionāliem traucējumiem nodrošināt atbilstošu un pielāgotu telpu atpūtai un miegam.
5. Veicināt piekļuvi mācību digitālām mācību platformām un izglītojošām lietotnēm, īpaši trūcīgās un maznodrošinātās mājsaimniecībās.
6. Veicināt publiskā transporta pieejamību vai finansiālu atbalstu jauniešu mobilitātei, īpaši laukos.

4.3. Veselības stāvoklis, mentālā veselība un apmierinātība ar savu izskatu

4.3.1. Veselības stāvoklis

Lielākā daļa jauniešu ir apmierināti ar savu veselības stāvokli, kas liecina par kopumā pozitīvu veselības uztveri šajā vecuma grupā. Tikai aptuveni 10% norāda uz neapmierinātību vai sliktu veselību, kas ir salīdzinoši zems rādītājs. Jaunieši vecumā no 13–17 gadi kopumā vērtē savu veselību pozitīvāk nekā vecākā grupa (18–25 gadi). Vecākajā grupā biežāk parādās veselības problēmas un stresa faktori, kas var ietekmēt pašvērtējumu. Vīrieši biežāk norāda, ka ir pilnībā apmierināti ar savu veselību, un biežāk novērtē veselību kā “ļoti labu” vai “teicamu”. Sievietes biežāk novērtē veselību kā “sliktu” vai “ļoti sliktu” (8 % pret 5,2 % vīriešu vidū), kas var atspoguļot gan emocionālos, gan sociālos faktorus, kā arī atšķirīgu izpratni par savu veselības stāvokli. Gan pilsētu, gan lauku/piepilsētas jaunieši lielākoties ir apmierināti ar veselību. Vienlaikus **neapmierināto īpatsvars** laukos ir nedaudz lielāks (10.6 % pret 9.2 % pilsētā), kas varētu liecināt par atšķirībām veselības aprūpes pakalpojumu pieejamībā. Lielākajai daļai jauniešu (45.1%) veselības stāvoklis **nemaz neierobežo** ikdienas aktivitātes, taču 29.7 % norāda uz **nelieliem ierobežojumiem**. Tikai 3.4% jūtas stipri ierobežoti.

Vecuma grupā 18–25 gadi galvenie šķēršļi veselības pieejamībai:

- Cerība, ka problēma pāries pati (44,3 %), uzskata to par maznozīmīgu (30,4 %) un ilgas rindas (25–28%).
- Laika trūkums (22–25 %) un finansiālas grūtības (11–16 %), kas atspoguļo praktiskus un sociālekonomiskus faktorus.
- Nezina, kur vērsties (18 %), un neuzticēšanos ārstiem (10–15 %).
- **Aptuveni 16–18 % jauniešu izmanto alternatīvās ārstēšanās metodes.**

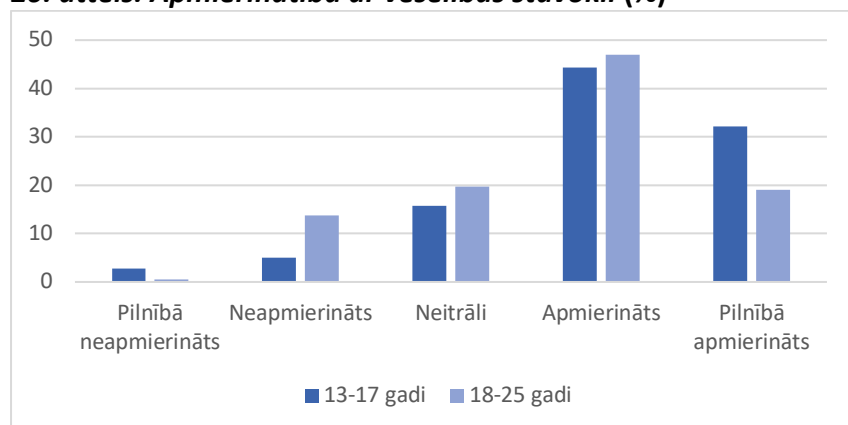
Vecuma grupa 13–17 gadi:

- Ilgas rindas vai gaidīšanas laiks (12.8 %)
- Bailes no ārstiem (6.7%), neuzticēšanos (3.7%), laika trūkums (7.2%) un nezināšanu, kur vērsties (5.7%).
- Vecāku loma ir nozīmīga – 4.8 % gadījumu jaunieši pie ārsta nav vests vecāku dēļ.
- Finansiālie un uzvedības faktori (piemēram, “gaidīju, kad pāries”) šajā grupā ir mazāk izteikti, bet tomēr pastāv.

Kopumā lielākā daļa - 73,6% jauniešu, ir apmierināti ar savu veselības stāvokli, savukārt 9.7% jūtas neapmierināti vai pilnībā neapmierināti. Ja skatāmies pēc vecuma, redzams, ka jaunieši vecumā no 13 līdz 17 gadiem vērtē savu veselību pozitīvāk nekā vecākā grupa (18–25 gadi). Jaunākajā grupā neapmierināti vai pilnībā neapmierināti ir 14,2%, bet vecākajā grupā tikai 7,8%. (20. attēls). Intervijās jaunieši arī atzīst, ka pie ārsta nav gājuši, ja neskaita speciālās vizītes, kas attiecas uz diagnozēm, īpaši sasniedzot pilngadību. Arī sociālā jomā strādājošie atzīst, ka jaunieši pēc 18 gadiem vairs nevar saņemt būtisku daļu veselības aprūpes pakalpojumu bez maksas, kas ir kritiski nepieciešams. Ir ģimenes, kas rūpējās, apmeklēt nepieciešamos ārstus, t.sk., lai uzstādītu vai pagarinātu diagnozes. Tomēr ir daļa vecāku vai vecvecāku, kas ar grūtībām orientējas un bez sociālo dienestu vai citu cilvēku atbalsta, nespēj nodrošināt nepieciešamo atbalstu jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem. “Man viens jauniešs teica, ka uzzinājis tikai, ka viņam bija bez maksas zobārsts un citi ārsti pieejami, tikai

kad jau bija par vēlu. Pilngadīgs.” (Sociālā darbiniece). Arī vecākiem līdz pilngadībai ir grūtības nodrošināt pietiekamu veselības aprūpi zināšanu, laika trūkuma u.c. iemeslu dēļ. Jauniešiem iztrūkst zināšanas un informācija par to, kā saņemt pieejamos veselības pakalpojumus. Jauniešiem ārpus ģimenes aprūpē un arī skolās daļai ir pieejamie nepieciešamie pakalpojumi, jo ir jāveic ikgadējās pārbaudes. Tomēr pedagogi novēro, ka ir gadījumi, kad par jauniešiem nav veikta pienācīga aprūpe, piemēram, vasaras periodā: *“Es nezinu, kas ir ar viņu noticis. Mēs visi bijām šokā – viņš pēc vasaras atgriezās pilnībā cits. Nevaram saprast vēl joprojām, kas notika. Sniedza visu nepieciešamo atbalstu.”* (Pedagogs).

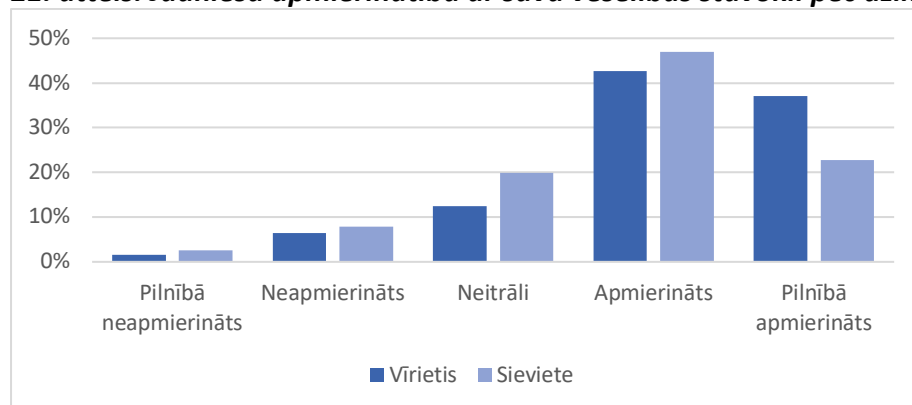
20. attēls. Apmierinātība ar veselības stāvokli (%)



N=643

Šī šķērstabula parāda jauniešu apmierinātību ar savu veselības stāvokli, sadalot to pēc dzimuma. Analīze ļauj saskatīt dzimumu atšķirības veselības pašvērtējumā. Kopumā jaunieši savu veselības stāvokli vērtē pozitīvi — 45.3% ir apmierināti, bet 28.4% pilnībā apmierināti, tātad kopā 73.7% sniedz pozitīvu vērtējumu. Vīrieši biežāk norāda, ka ir pilnībā apmierināti ar savu veselības stāvokli (37.1%), kas ir par 14.4% vairāk nekā sievietes. Sievietes biežāk sniedz neitrālu vai negatīvu vērtējumu. Gandrīz katra piektā jauna sieviete (19,9%) neizsaka konkrētu attieksmi par savu veselības stāvokli. Jauniešu (sieviešu) veselības pašvērtējums kopumā ir zemāks, lai gan kopējais apmierinātības līmenis abām grupām ir augsts (21. attēls).

21. attēls. Jauniešu apmierinātība ar savu veselības stāvokli pēc dzimuma

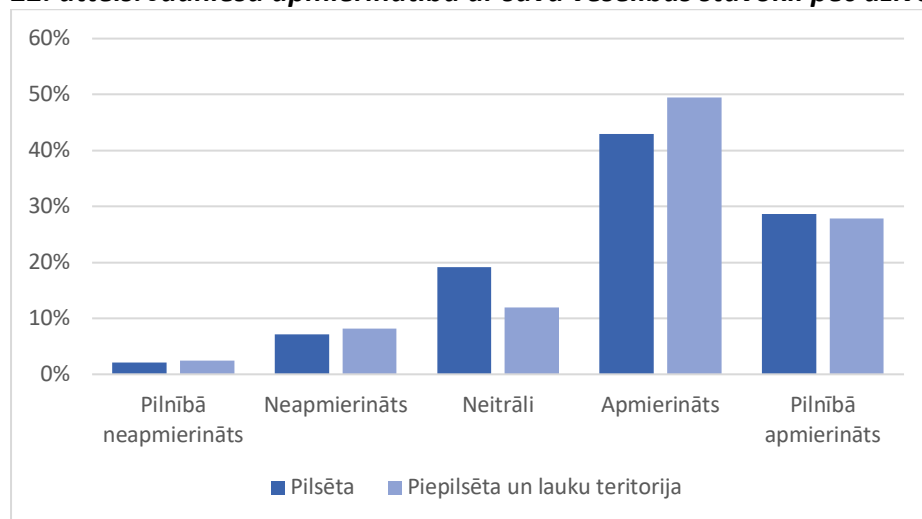


N=643

Dati liecina, ka gan pilsētas, gan piepilsētas un lauku teritoriju jaunieši kopumā ir apmierināti ar savu veselības stāvokli (kopā 73,6% ir pilnībā apmierināti vai apmierināti), taču pastāv nelielas atšķirības vērtējumu sadalījumā. Lauku un piepilsētas jaunieši biežāk norāda, ka ir

apmierināti ar savu veselību (77,4%), salīdzinot ar pilsētas jauniešiem (71,7%). Neapmierināti ir biežāk piepilsētas/ lauku jaunieši (10.6%) salīdzinot ar pilsētas jauniešiem (9.2%) (22. attēls). Arī intervijās jaunieši atzīst, ka veselības aprūpes pakalpojumi ir dārgi un ir ilgi jāgaida, lai saņemtu pakalpojumu. Īpaši grūti un visbiežāk netiek izmantoti – zobārstniecības pakalpojumi: “Kā palika 18, es neesmu bijis pie zobārsta. Man gan nekas pagaidām nesāp.” (Jaunietis, 22 gadi).

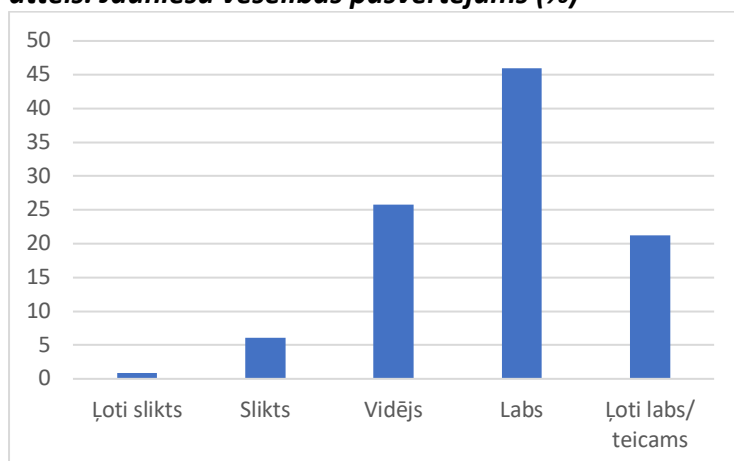
22. attēls. Jauniešu apmierinātība ar savu veselības stāvokli pēc dzīvesvietas



N=643

Jautājums “Kā tu pats novērtē savu veselības stāvokli?” tiek uzskatīts par subjektīvu veselības pašvērtējuma (no angļu val. *self-rated health, SRH*) indikātoru. Vērtējot pēc dažādiem demogrāfiskiem rādītājiem, tas uzskatāmi parāda, kā sociāli apstākļi ietekmē veselību un ir svarīgs indikators sabiedrības veselības nevienlīdzības pētījumos. Lielākā daļa jauniešu (67.2 %) vērtē savu veselību kā labu vai ļoti labu/teicamu, kamēr 10% jauniešu vērtē savu veselību kā sliktu vai ļoti sliktu (23. attēls).

23. attēls. Jauniešu veselības pašvērtējums (%)

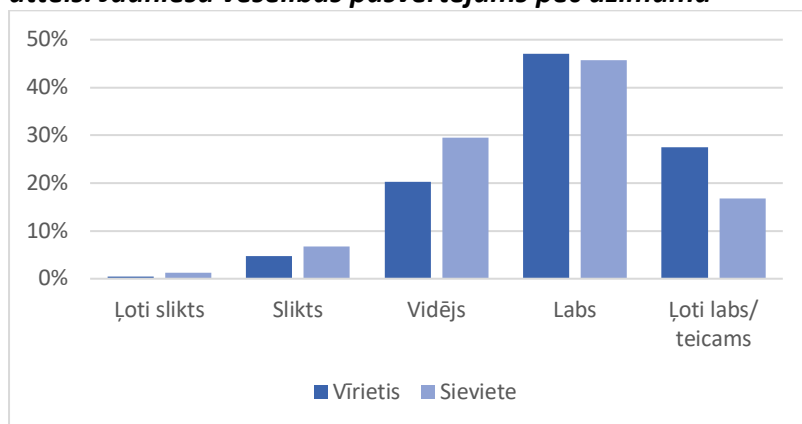


N=643

Vīrieši biežāk novērtē savu veselību kā ļoti labu/ teicamu (27.5 % pretēji 16.8 % sievietēm). Sievietes biežāk novērtē savu veselību kā sliktu un ļoti sliktu (8% pretēji 5.2% vīriešu vidū). Sievietes biežāk norāda uz sliktāku veselību, pat ja objektīvie rādītāji (piem., saslimstība vai

mirstība) ne vienmēr ir sliktāki nekā vīriešiem. Iespējams, tas atspoguļo gan psihosociālus faktorus, gan atšķirīgu veselības pašvērtējuma uztveri starp dzimumiem (24. attēls).

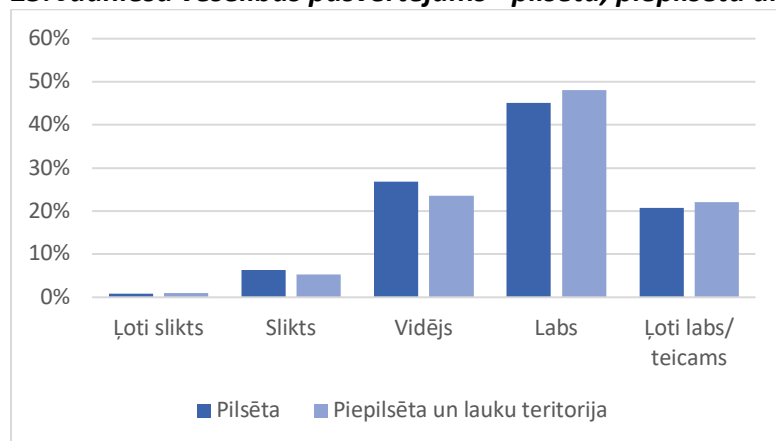
24. attēls. Jauniešu veselības pašvērtējums pēc dzimuma



N=643

Novērtējot pēc personas dzīvesvietas, gan pilsētā dzīvojošie - 65,8 % un piepilsētā/ laukos dzīvojošie - 70,2% vērtē veselību kā labu vai ļoti labu. **Tomēr jaunieši no pilsētas (7.3%) savu veselību nedaudz biežāk vērtē, kā sliktu un ļoti sliktu, nekā jaunieši no laukiem (6.3 %).** Nelielās atšķirības var būt saistītas ar dzīvesveidu un vidi. Laukos biežāk ir mazāk piesārņota vide, iespējams mazāk stresa, kas var veicināt augstāku subjektīvo veselības pašvērtējumu. Pilsētās jaunieši biežāk novērtē vidēji savu veselības stāvokli, iespējams, kas arī var būt saistīts ar stresa, dzīves tempa un citiem vides faktoriem, kas ietekmē subjektīvo veselības pašvērtējumu (25. attēls).

25. Jauniešu veselības pašvērtējums - pilsēta, piepilsēta un lauku teritorija



N=643

Uzdodot jautājumu, kas ir ierobežo jaunieti veikt parastās ikdienas aktivitātes, lielākā daļa (45.1%) norāda, ka veselības stāvoklis nemaz neierobežo, kamēr 29.7% - ierobežo, bet ne pārāk stipri un tikai 3.4% veselības stāvoklis stipri ierobežo jauniešu iespējas piedalīties un veikt ikdienas aktivitātes (26. attēls).

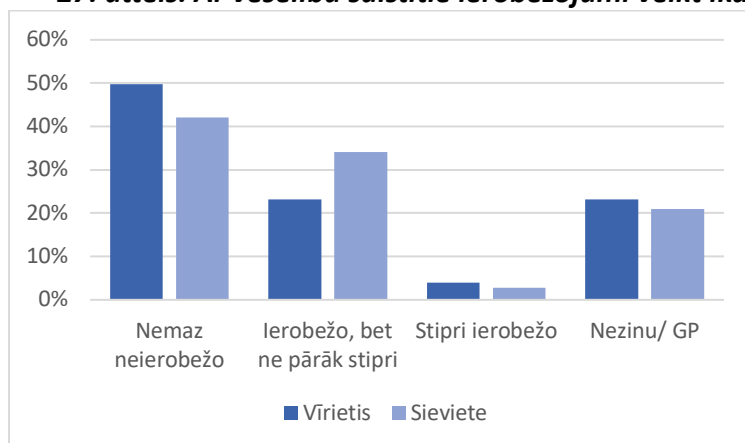
26. attēls. Ar veselību saistītie ierobežojumi veikt ikdienas aktivitātes (%)



N=643

Vērtējot sniegtās atbildes pēc dzimuma, redzams, ka sievietes (34.1%) gadījumā veselības problēmas vairāk ierobežo salīdzinot ar vīriešiem (34.1%) (27. attēls).

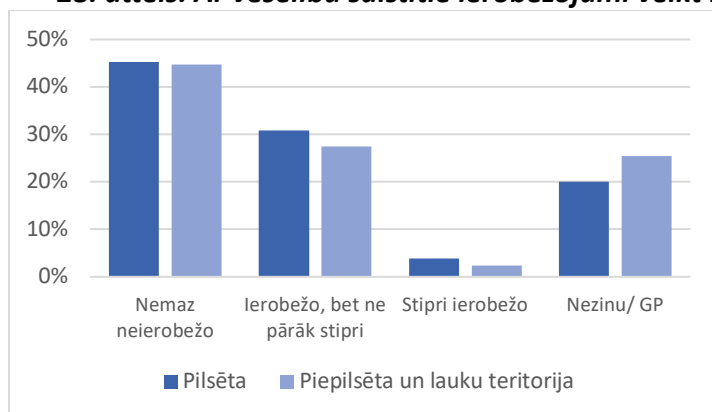
27. attēls. Ar veselību saistītie ierobežojumi veikt ikdienas aktivitātes pēc dzimuma



N=643

Līdzīgi, kā iepriekšējā novērtējumā, arī šajā pilsētas jaunieši jūtas vairāk ierobežoti (30.8%) salīdzinot ar piepilsētas un lauku jauniešiem, kurus veselības stāvoklis ierobežo 27.4%. Tomēr abām grupām – gan pilsētā, piepilsētā un laukos dzīvojošos veselības stāvoklis kopumā neierobežo un dati ir ļoti līdzīgi pārējās sadaļās (28. attēls). Intervijās, personas ar funkcionāliem traucējumiem kopumā nejūtas ierobežoti veselības dēļ, bet drīzāk sastopas ar vidē iztrūkstošajiem būtiskiem pielāgojumiem un atbalstu, lai veiktu ikdienas aktivitātes. Personām ar GRT un citiem neiropsihiskiem traucējumiem izveidoto pakalpojumu tuvumā nav pielāgotas gājēju pārejas (vai iztrūkst vispār), kā arī specializētais transports ir ierobežots, lai nokļūtu. “Viņi varētu patstāvīgi pārvietoties pa pilsētu, bet skaidrs, ka ir ļoti daudz dažādu risku. Arī braucot ar autobusu uz pakalpojumu, šoferītis neapstājas. Visi zina, ka šie jaunieši brauc no (...) un ir ar traucējumiem. Vajadzētu pāreju uztaisīt uz Dienas aprūpes centru pa taisno, lai var pāriet pāri, nevis iet visu laiku apkārt.” (Vecāks jauniešim ar GRT).

28. attēls. Ar veselību saistītie ierobežojumi veikt ikdienas aktivitātes pēc dzīvesvietas



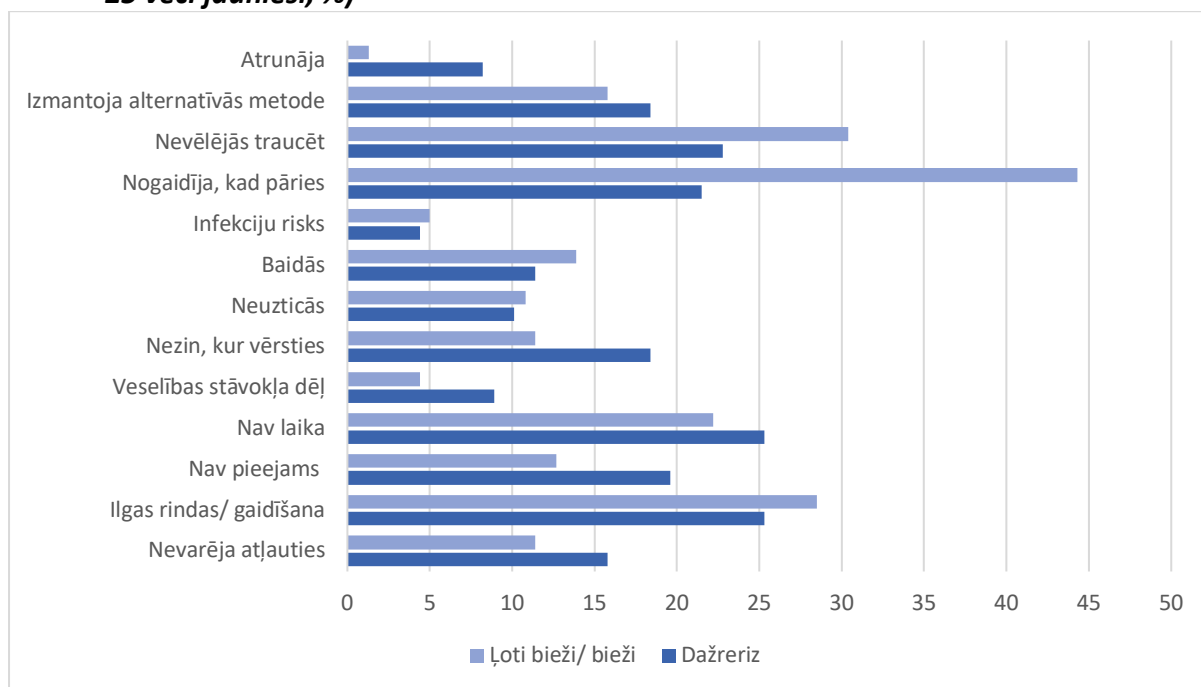
N=643

Nākamā jautājuma būtība bija noskaidrot iemeslus, kāpēc jaunieši neveic nepieciešamās veselības pārbaudes vai neārstējas, pat ja pastāv medicīniska vajadzība. Tā mērķis ir identificēt un izprast galvenos šķēršļus un jauniešu uzvedības motīvus, kas kavē piekļuvi veselības aprūpes pakalpojumiem. Šie šķēršļi var būt:

- Finansiāli (piemēram, ārstēšanās izmaksas),
- Institucionāli (piemēram, ilgas rindas vai pakalpojumu nepieejamība),
- laika un fiziskā pieejamība (darba slodze, attālums),
- informācijas un uzticēšanās trūkums (nezināšana, kur vērsties, vai neuzticēšanās sistēmai),
- citi psiholoģiskie un uzvedības aspekti (bailes, noliegums, gaidīšana, ka “pāries pats no sevis”, alternatīvu metožu izmantošana).

Jautājumi tika atsevišķi formulēti pielāgojot noteiktai vecuma grupai. 29. attēlā redzams, ka lielākā daļa jauniešu vecumā no 18-25 (44.3%) nogaidīja, kad veselības problēma pāries pats no sevis un 30.4% nevēlējās traucēt vai uzskatīja veselības problēmu par maznozīmīgu. Tāpat viens no galvenajiem iemesliem šajā vecuma grupā ir **ilgas rindas vai gaidīšanas laiks** (25.3% minēja, ka tā ir bijusi “dažreiz” problēma, bet 28.5% - “bieži/ ļoti bieži”). Tas norāda uz sistēmisku problēmu veselības aprūpes pieejamības nodrošināšanā. **Uz laika trūkumu** dažreiz norādīja 25.3% jauniešu, bet bieži tas ir bijis ierobežojums 22.2% jauniešu, kas varētu būt saistīts ar darba, mācību vai citu pienākumu augstāku prioritāšu noteikšanu, kas traucē apmeklēt ārstu. Salīdzinoši liela daļa - 15.8% minēja “dažreiz un 11.4% “bieži” uzrāda **finansiālas grūtības** kā būtisku faktoru. Jaunieši norāda arī uz citiem faktoriem, piemēram **pakalpojums nav pieejams dzīvesvietas tuvumā** (19.6% “dažreiz un 12.7% “bieži”) un nezināšana, kur vērsties pēc palīdzības 18.4% un 11.4% gadījumā atklāj zināmu informācijas un pieejamības plaisu veselības aprūpes nodrošināšanā jauniešiem. Neliela daļa jauniešu norādīja **bailes un neuzticēšanos ārstiem** (aptuveni no 10-15%). Visbeidzot **alternatīvās metodes** izmanto aptuveni 16-18% jauniešu, kas norāda uz zināmu pašārstēšanās tendenci un ilgtermiņā var negatīvi ietekmēt tos jauniešus, kur savlaicīga diagnosticēšana vai veselības aprūpe novērstu nopietnas un ielaistas slimības sekas.

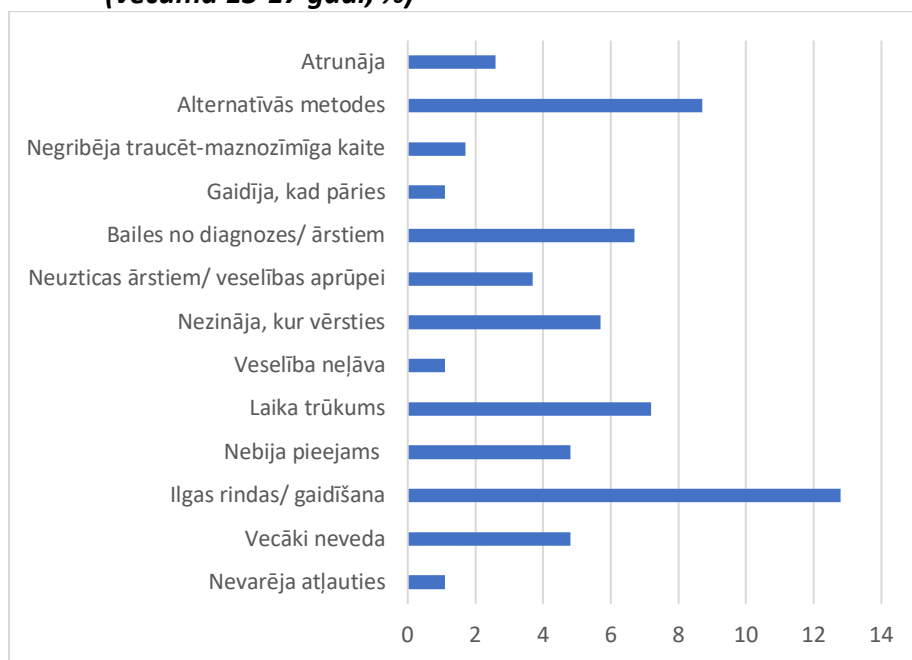
29. attēls. Galvenais iemesls tam, kāpēc nepārbaudīja savu veselību vai neārstējās (18-25 veci jaunieši, %)



N=158

Līdzīgs jautājums tika uzdots jauniešiem vecumā no 13-17 gadiem. Pamatojoties uz sniegtajiem datiem, var secināt, ka jauniešu galvenie šķēršļi šajā vecuma grupā, kādēļ viņi neārstējās vai nevērsās pēc palīdzības pie veselības aprūpes speciālistiem, bija **ilgas rindas vai gaidīšanas laiks (12,8%)**, kas bija norādīts kā biežākais iemesls, kas liecina, ka pat iespēja saņemt pakalpojumu bez maksas šajā vecuma grupā, jauniešu piekļuve veselības aprūpei tiek kavēta organizatorisku faktoru dēļ veselības sistēmā. Kavēta diagnostika un atbilstoša ārstēšana pieejamības ierobežojumu dēļ var ietekmēt ilgtermiņā bērnu un jauniešu veselību. **Alternatīvās ārstēšanās metodes** izmanto 8.7%, kas norāda uz uzticēšanos pašārstēšanās vai tautas līdzekļiem, iespējams, arī uz vēlmi izvairīties no zinātnē un pierādījumos balstītās medicīnas. Jaunieši norāda arī uz **bailēm no diagnozes vai ārstiem (6,7%)**, kā arī **neuzticēšanos ārstiem (3,7%)**, kas ir nozīmīgs psiholoģisks šķērslis, kas atklāj trauksmi vai neuzticēšanos veselības aprūpei un ārstiem. **Laika trūkumu** norādīja kā iemeslu 7.2%, kas var būt līdzīgi, kā vecākā grupā saistīts ar mācību, ārpuskolas vai brīvā laika aktivitātēm. Salīdzinoši neliela daļa jauniešu norādīja, ka **nezināja, kur vērsties (5,7%)** un **vecāki neveda pie ārsta (4,8%)**. Šie faktori atspoguļo gan informācijas trūkumu, gan jauniešu atkarību un nespēju saņemt pakalpojumu bez vecāku piekrišanas vai atbalsta, kas ir bērnu tiesību pārkāpums. Pavisam neliela daļa jauniešu norāda uz citiem šķēršļiem – **nevarēja atļauties (1,1%)**, **gaidīja, kad pāries (1,1%)** un **negribēja traucēt (1,7%)** (30.attēls).

30. attēls. Galvenie iemesli tam, kāpēc nepārbaudīja savu veselību vai neārstējāties (vecumā 13-17 gadi, %)



N=460

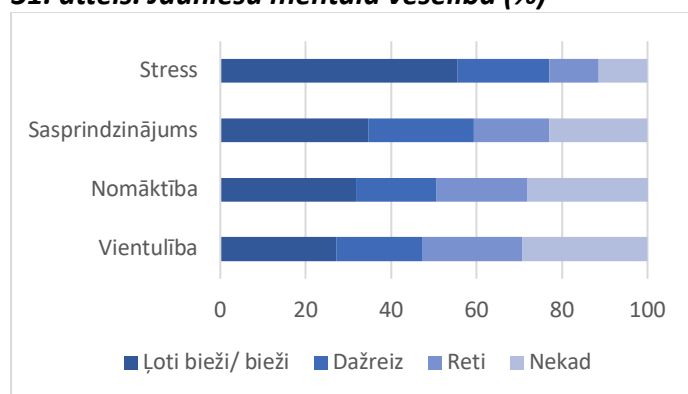
4.3.2. Jauniešu mentālā veselība

Pētījuma rezultāti atklāj, ka liela daļa jauniešu piedzīvo augstu mentālo slodzi, kas izpaužas kā stress, sasprindzinājums, nomāktība un vientulība. Vairāk nekā puse jauniešu bieži izjūt stresu un sasprindzinājumu, kas norāda uz hroniska stresa klātbūtni jauniešu ikdienā. Jaunietes (sievietes) biežāk nekā vīrieši izjūt stresu, saspringumu, nomāktību un vientulību, kas liecina par dzimumu atšķirībām emocionālajā labklājībā. Pilsētu jaunieši salīdzinājumā ar lauku un piepilsētas jauniešiem biežāk izjūt stresu, saspringumu un vientulību, iespējams, dzīves tempa, sociālā spiediena un anonīmākas vides dēļ, kamēr lauku vide nodrošina mierīgāku un sociāli ciešāku dzīvesveidu. Aptaujas rezultāti arī rāda, ka vairums jauniešu ir apmierināti ar savu izskatu, tomēr jaunākajā grupā (13–17 gadi) biežāk novērojamas pašvērtējuma svārstības un neapmierinātība ar izskatu. Kopumā pētījums rezultāti iezīmē tendenci, ka jauniešu emocionālā labklājība ir trausla, un stresa, vientulības un pašvērtējuma problēmas ir būtiski faktori, kas ietekmē viņu mentālo veselību un sociālo līdzdalību.

Viens no aptaujas mērķiem bija noteikt, cik bieži pēdējā mēneša laikā jaunieši ir piedzīvojuši konkrētas sajūtas vai simptomus (stress, sasprindzinājums, nomāktība un vientulība), lai novērtētu viņa pašsajūtu un mentālās veselības tendences. Mazliet vairāk, kā puse jauniešu (55.5%) savā ikdienā izjūt stresu ļoti bieži vai bieži, vēl 21.6% norāda, ka stresu izjūt *dažreiz*. Tikai 11.4% norāda ka *nekad* nav izjutuši stresu. **Tas liecina, ka stress ir visizplatītākā mentālās slodzes pazīme, kas skar lielāko daļu jauniešu.** Liela daļa jauniešu (34.7%) izjūt *bieži*, bet 24.6% *dažreiz* sasprindzinājumu. Tas liecina, ka kopumā gandrīz 60% jauniešu regulāri izjūt sasprindzinājumu. Tas var būt saistīts ar skolas, ģimenes vai sociālajām prasībām un liecina par hroniska stresa vidi, kas ir klātesoša jaunieša ikdienā. Aptuveni trešdaļa (31.8%)

jaunieši jūtas nomākti bieži un 18.7% jūtas nomākti *dažreiz*. Tikai 28.3% jauniešu norāda, ka *nekad* nav izjutuši nomāktību. Šis rādītājs signalizē, ka ievērojama daļa jauniešu nejūtas **emocionāli labi**. Aptuveni katrs ceturtais jauniešs (27.1%) jūtas vientuļš bieži vai ļoti bieži, kas norāda uz samērā augstu vientulības līmeni šajā grupā. 20.1% jauniešu vientulību izjūt dažreiz, tātad viņiem tā nav pastāvīga, bet periodiska sajūta. 23.6% atzīst, ka vientulību izjūt reti, un gandrīz trešdaļa (29.2%) *nekad* nejūtas vientuļi (31. attēls).

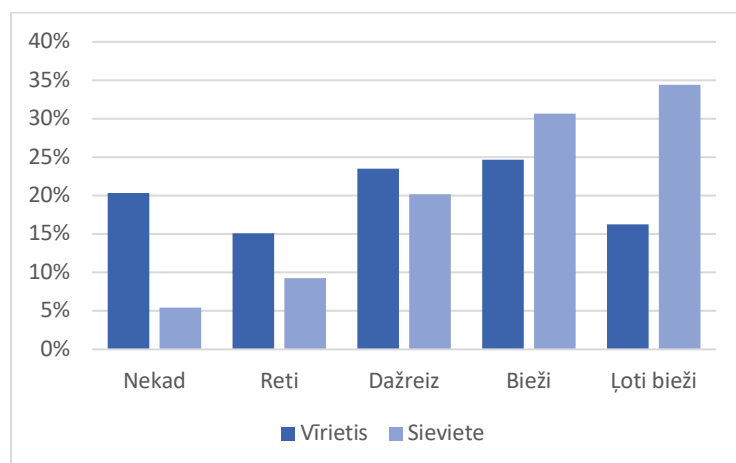
31. attēls. Jauniešu mentālā veselība (%)



N=643

Sievietes daudz biežāk (65.1%) izjūt stresu nekā vīrieši (41%). Vīrieši biežāk ziņo, ka stresu nejūt vai izjūt reti (35,4 % pret 14,7 % sieviešu). Lai arī **stresa līmenis kopumā jauniešu vidū ir augsts abiem dzimumiem, taču īpaši augsts tas ir sievietēm (32. attēls).**

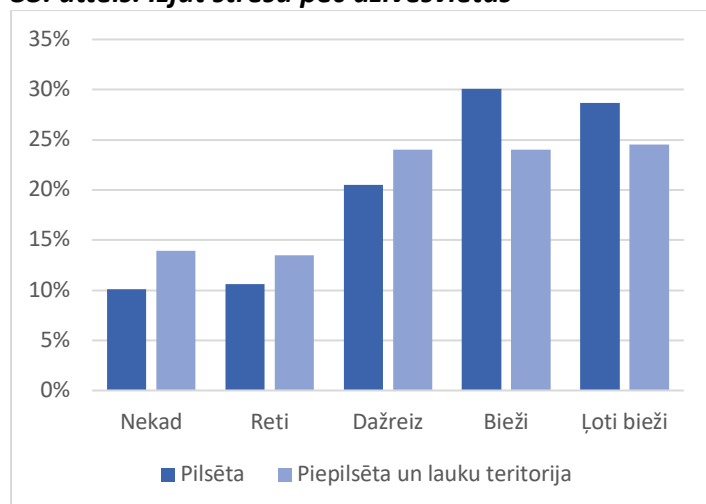
32. attēls. Izjūt stresu pēc dzimuma



N=643

Pilsētu jaunieši biežāk izjūt stresu (58.8%) salīdzinot ar 48.5% piepilsētā un laukos dzīvojošiem jauniešiem. **Piepilsētas un lauku jaunieši biežāk norāda, ka stresu nejūt vai izjūt reti, t.i., 27.4 % pret 20.7% (33. attēls).** Arī jaunieši no lauku apvidus intervijās norādīja, ka viņiem patīk dzīve laukos. *“Es nevarētu dzīvot pilsētā. Ko tur darīt? Man patīk lauki. Ko darīt pilsētā? Es nezinu.”* (Jauniešs ar intelektuālās attīstības traucējumiem). Tas liecina, ka dzīvesvieta ietekmē stresa izjūtas jauniešu vidū – urbanizētā vidē jaunieši izjūt stresu biežāk, iespējams, saistībā ar intensīvāku dzīves tempu, konkurenci, pārslogotību vai sociālo spiedienu.

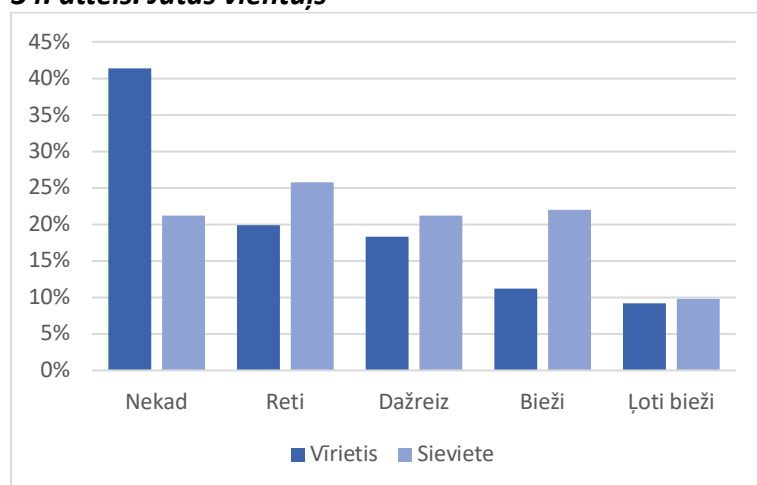
33. attēls. Izjūt stresu pēc dzīvesvietas



N=643

Jaunietes (sievietes) biežāk izjūt vientulību (42.1%) nekā vīrieši (23,1%). Vīrieši divreiz biežāk nekā sievietes norāda, ka nekad nejūtas vientuļi, t.i., 33,5 % pret 16,3 %. **Kopējā tendence apliecina, ka sievietes ir emocionāli jutīgākas un biežāk atzīst vientulības izjūtu, savukārt vīrieši biežāk apgalvo, ka šādu sajūtu nepiedzīvo vai piedzīvo reti (34. attēls).**

34. attēls. Jūtas vientuļš

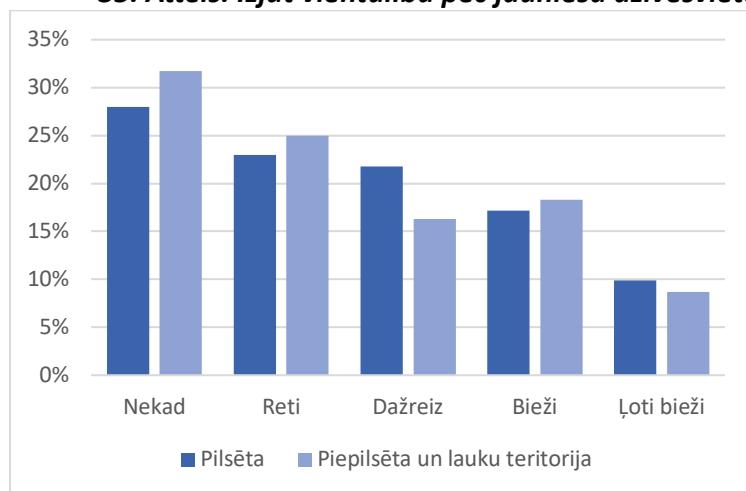


N=643

Kopumā vientulības izjūtas līmenis ir līdzīgs abās grupās (ap 27% bieži vai ļoti bieži). Pilsētu jaunieši nedaudz biežāk izjūt vientulību vidēji (dažreiz, bieži) — 48.9 % pret 43.3%. Lauku un piepilsētas jaunieši biežāk norāda, ka vientulību nejūt vai izjūt reti (56.7 % pret 51% pilsētā). Kopumā pilsētu jaunieši kopumā izjūt salīdzinoši biežāk vientulību, kas varētu būt saistīts ar anonīmāku sociālo vidi, lielāku konkurenci un emocionālu distanci pilsētās, salīdzinot ar ciešākām sociālajām saitēm lauku kopienās (35. attēls). Intervijā jaunieta, kas dzīvo grupu mājā, norādījās, ka pēc radnieku aiziešanas – brāļa, jūtas vientuļi. Vairāki jaunieši intervijās norāda, ka piedzīvoja tuvinieku nāvi, kādēļ sēro un jūtas vientuļi. “Es gribētu draugu. Te visi man patīk, bet es gribu savu draugu, ar ko kopā runāties, pavadīt laiku kopā.” (Jaunieta ar GRT). Fokusgrupu diskusijā atklājās, ka jaunieši sniedz atbalstu viens otram, palīdz tikt galā ar emocionāli grūtiem brīžiem: “Mēs visu laiku esam kopā. Viņš man palīdz-es viņam. Es viņam

palīdzu matemātikā, ja viņš nemāk. Mēs esam ļoti labi draugi.” (Jaunietis ar intelektuālās attīstības traucējumiem).

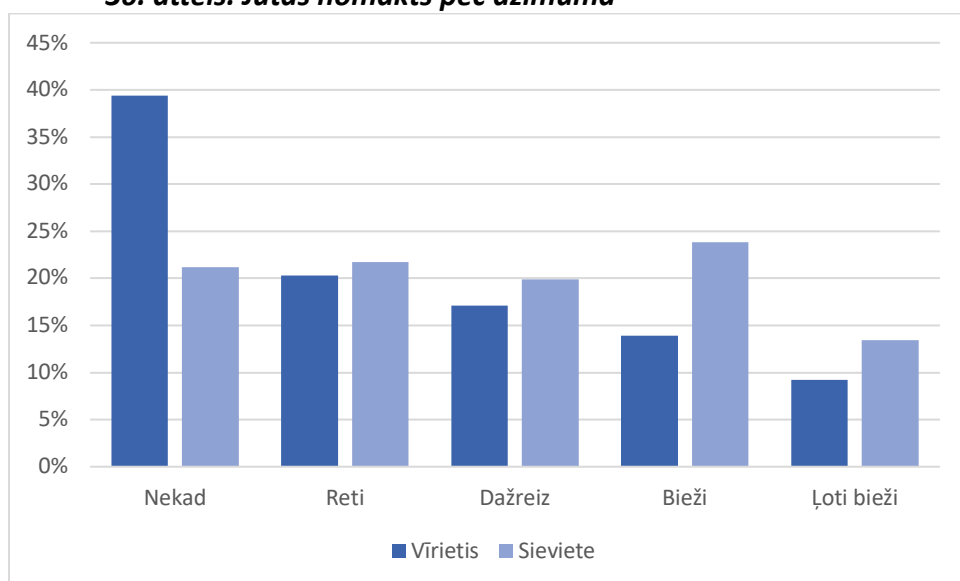
35. Attēls. Izjūt vientulību pēc jauniešu dzīvesvietas



N=643

Gandrīz divas reizes vairāk vīriešu (39.4%) nekā sieviešu (21.2 %) norāda, ka nekad nejūtas nomākti. Tas liecina, ka emocionālās labbūtības rādītāji vīriešu vidū ir labāki. Sieviešu vidū ir augstāks īpatsvars to, kuras *bieži* (23.8 %) vai *ļoti bieži* (13.4 %) jūtas nomāktas, salīdzinot ar vīriešiem (attiecīgi 13.9 % un 9.2 %). Tas nozīmē, ka gandrīz katra trešā sieviete (37.2%) *bieži* vai *ļoti bieži* jūtas nomākta, kamēr tas attiecas tikai uz aptuveni katru piekto vīrieti (23.1%). Sievietēm emocionālais diskomforts un nomāktības izjūtas ir biežāk sastopamas, kas var būt saistīts ar psihosociāliem faktoriem — lielāku emocionālo jutīgumu, stresa ietekmi, sabiedrības spiedienu vai citām mentālās veselības atšķirībām starp dzimumiem. Šī tendence sakrīt ar starptautiski novērotām mentālās veselības dzimumu atšķirībām, kur jaunietes biežāk ziņo par emocionālām grūtībām un depresijas simptomiem (36. attēls).

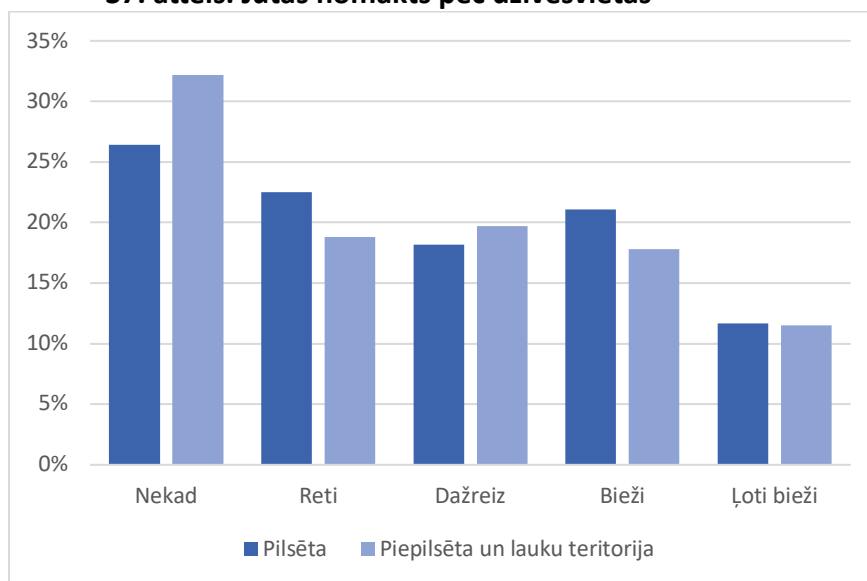
36. attēls. Jūtas nomākts pēc dzimuma



N=643

Pilsētas jaunieši biežāk jūtās nomākti – 21.1% pilsētas jauniešu atzīst, ka bieži jūtās nomākti, kamēr lauku un piepilsētas jaunieši 17.8%. Līdzīga tendence redzama arī kategorijā *reti* — pilsētā dzīvojošie biežāk atzīst, ka ir bijušas šādas epizodes. Salīdzinoši līdzīgs ir sadalījums jauniešu vidū, kas ļoti bieži jūtās nomākti (ap 11–12 %), kas norāda, ka smagāku emocionālo stāvokli, kas skar jauniešus neatkarīgi no dzīvesvietas. **Piepilsētas un lauku jaunieši biežāk nejūtas nomākti:** 32.2% norāda, ka **nekad nejūtas nomākti**, salīdzinot ar 26.4% pilsētas jauniešu (xx. attēls). Tas var liecināt, ka lauku vide nodrošina mierīgāku dzīves ritmu, ciešākas sociālās saites vai mazāku stresa līmeni (37. attēls).

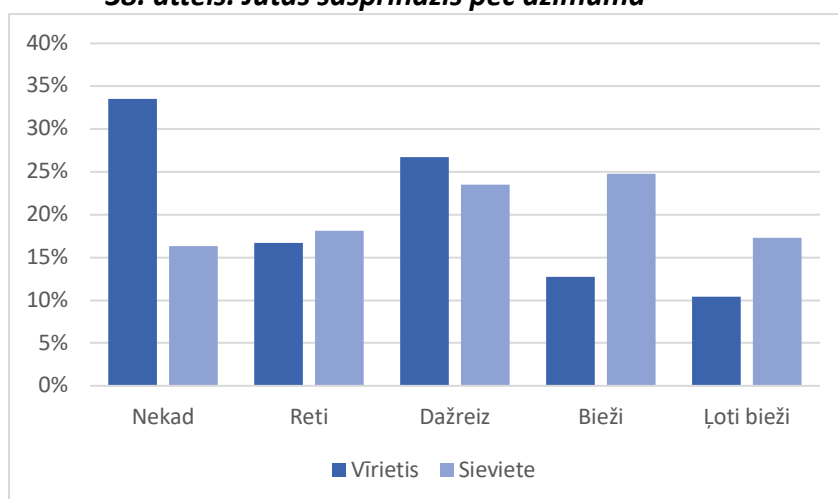
37. attēls. Jūtās nomākti pēc dzīvesvietas



N=643

Trešā daļa vīriešu (33.5%) norāda, ka nav jutušies saspringti. Turpretī sieviešu vidū vairāk nekā 42% ļoti bieži un bieži ir izjutuši saspringuma sajūtu, kamēr tie bija 23% vīriešu (38. attēls).

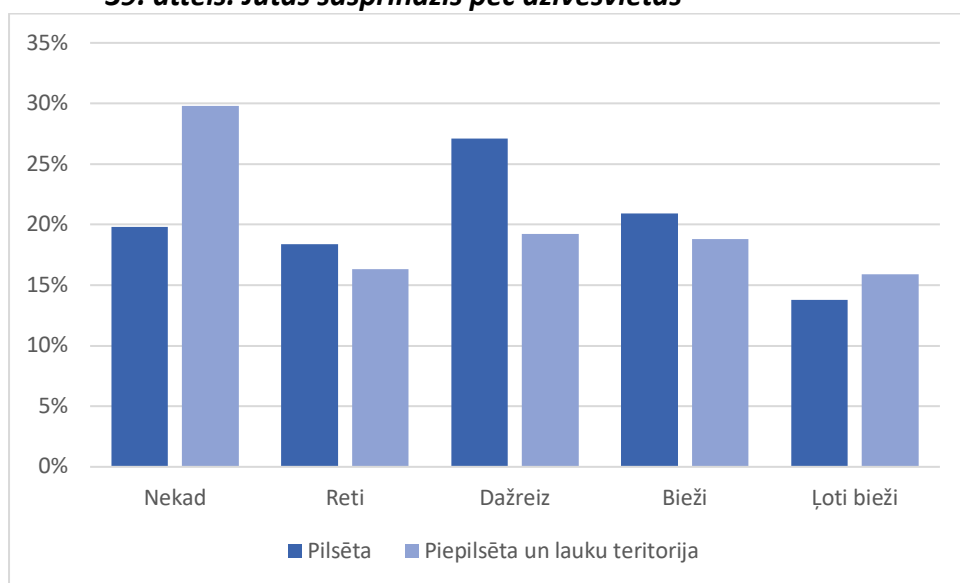
38. attēls. Jūtas saspringtis pēc dzimuma



N=643

Salīdzinot ar 28% pilsētas jauniešu, piepilsētas un lauku jaunieši biežāk nejūtas saspringti – 31.7% no tiem norāda, ka nekad nav jutušies saspringti. Pilsētas jaunieši biežāk izjūt ikdienas spriedzi un emocionālu saspringumu, kas, iespējams, saistīts ar intensīvāku dzīves tempu, lielāku informācijas pārslodzi, akadēmiskām un sociālām prasībām. Kopumā gan pilsētā, gan laukos aptuveni katrs ceturtais jauniešs, t.i., 17-18% jauniešu abās grupās, bieži izjūt saspringumu, kas norāda uz emocionālās labklājības jautājumu nozīmi neatkarīgi no dzīvesvietas (39. attēls). Intervijā jaunieta atklāj, ka cietusi no seksuālas un fiziskas vardarbības, kādēļ ir grūti: *“Man bija tā grūti bērnībā... viss bija... arī seksuāli es tiku izmantota. Es daudz ko pārcietu. Nebija ko ēst, sīta. Man ir apdegumi bijuši 3.pakāpes. Man ir tagad labi, bet dažkārt uznāk... es nevaru izturēt. Bija psihologs toreiz, kad es vēl biju centrā [ārpus ģimenes aprūpē]. Tagad man palīdzības nav. Es gribētu palīdzību.”* (Jaunieta bērnu kopšanas atvaļinājumā). Šis gadījums atklāj, ka atbalsts un palīdzība, kas ir sniegta vēl bērnībā var pārtrūkt jauniešiem pieaugot, ja viņi nav Sociālā dienesta uzraudzībā. Svarīgi, ka ārpus ģimenes aprūpē esošo jauniešu pieaugšana notiek ar pēc iespējas ilgāku un sistemātisku atbalstu, ne tikai, kamēr jaunieši mācās, bet neatkarīgi no apstākļiem. Šī grupa ir īpaši aizsargājama un atbalstāma grupa, jo ir pārdzīvojuši vardarbību un traumatisku pieredzi, kas nebeidzas līdz ar pilngadību. Jaunieši veido savas ģimenes un rūpes par bērniem viņiem var uzlikt papildu slogu, mentālu spriedzi un nespēju veikt pienācīgu aprūpi par saviem bērniem.

39. attēls. Jūtas saspringtis pēc dzīvesvietas



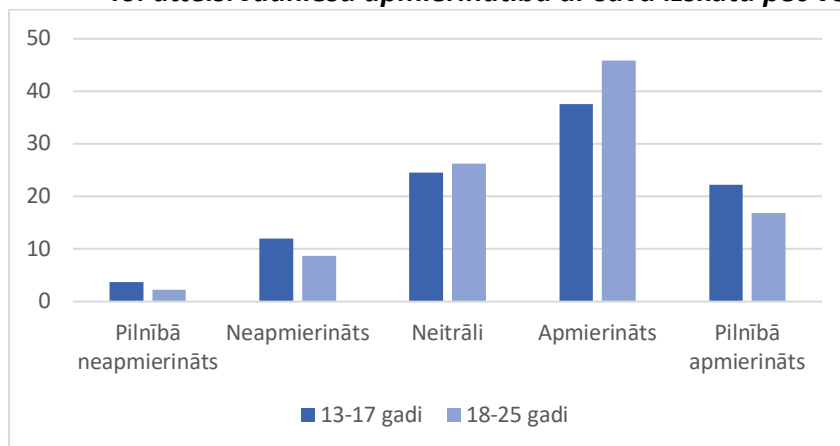
N=643

Jautājuma mērķis par jauniešu apmierinātību ar savu izskatu ir noskaidrot, kā jaunieši uztver un vērtē savu ārējo izskatu, kas ir būtiska viņu pašvērtējuma, psiholoģiskās labklājības un sociālās identitātes sastāvdaļa. Šāds jautājums palīdz identificēt riska grupas, kurām var būt zems pašvērtējums vai neapmierinātība ar sevi. Tas ir nozīmīgi, jo neapmierinātība ar savu izskatu jauniešu vidū var būt saistīta ar mentālo veselību, t.sk., paaugstinātu trauksmi, depresijas simptomiem, sociālu atsvešināšanos un ēšanas traucējumiem. Savukārt augstā apmierinātība ar izskatu tiešā veidā ir saistīta ar pašpārliecinātību, pozitīvu ķermeņa tēlu un sociālo līdzdalību.

Pētījuma rezultāti liecina, ka lielākā daļa jauniešu abās vecuma grupās ir apmierināti ar savu izskatu. Apmierināti vai pilnībā apmierināti ir 59.8% jauniešu vecumā no 13–17 gadiem un 62.8% vecumā no 18–25 gadiem, kas norāda, ka apmierinātība nedaudz pieaug līdz ar

vecumu. Savukārt **neapmierinātība ar izskatu** biežāk novērojama jaunākajā grupā (15,7 % pret 10,9 % vecākajā grupā). **Vecākie jaunieši** biežāk sniedz mēreni pozitīvu vērtējumu, kamēr **pusaudžiem** raksturīgas **izteiktākas emocionālas un pašvērtējuma svārstības**, kas izpaužas gan ļoti pozitīvos, gan negatīvos vērtējumos par savu izskatu (40. attēls).

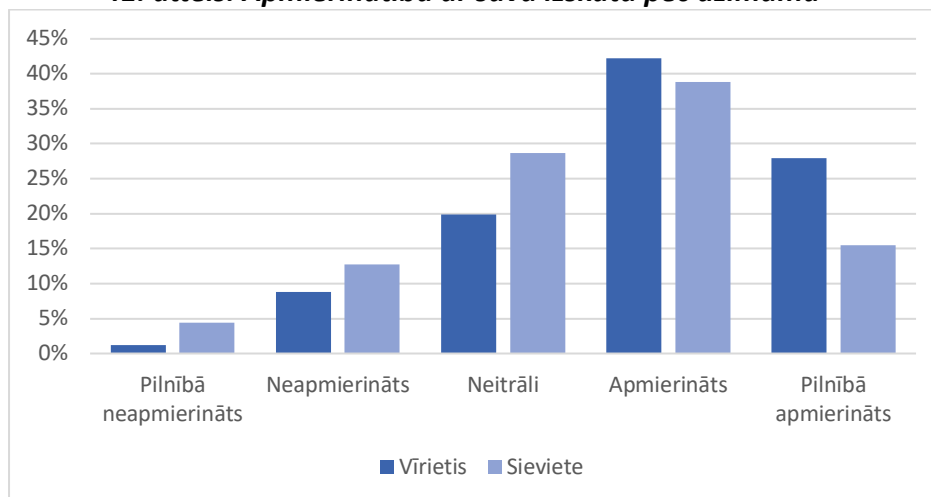
40. attēls. Jauniešu apmierinātība ar savu izskatu pēc vecuma (%)



N=643

Vīrieši ir vairāk apmierināti ar savu izskatu (70.1% apmierināti/ pilnībā apmierināti), nekā sievietes (54.3%). Sievietes biežāk izvēlas neitrālu atbildi (28.7% vs. 19.9% vīriešiem). Vīrieši pilnībā neapmierināti vai neapmierināti ir 10%, kamēr sievietes 17.1%. Tas liecina, ka sievietes biežāk ir neapmierinātas ar savu izskatu nekā vīrieši. Negatīvs (neapmierinātība) līmenis ir augstāks sievietēm nekā vīriešiem (41. attēls).

41. attēls. Apmierinātība ar savu izskatu pēc dzimuma

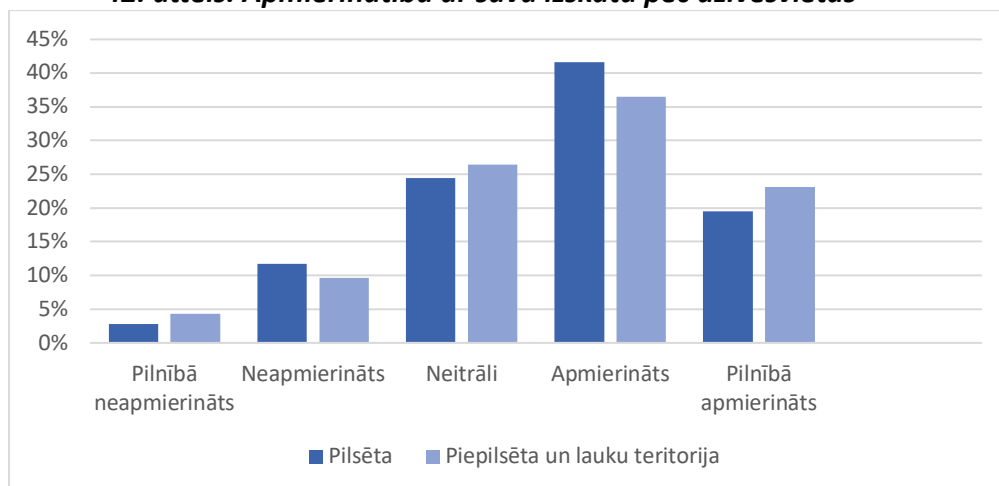


N=643

Dati par **jauniešu apmierinātību ar savu izskatu pēc dzīvesvietas** rāda, ka **kopumā gan pilsētu, gan piepilsētu (61.1%) un lauku jaunieši (59.6%) pārsvarā ir apmierināti ar savu izskatu**, tomēr starp grupām redzamas nelielas atšķirības. Neapmierinātību ar savu izskatu ir paiduši gan pilsētu jaunieši (14.5%), gan piepilsētas un lauku jaunieši (13.9%). Neitrālu attieksmi pret savu izskatu pauž 24.4 % pilsētas un 26.4 % piepilsētas/lauku jaunieši (42.

attēls). “Es esju vingrot. Tur es jūtos labi-varu darīt kaut ko sev. Tā viss tikai bērnam.” (“Proti un Dari” projekta jaunieši).

42. attēls. Apmierinātība ar savu izskatu pēc dzīvesvietas



N=643

Kopsavilkums

Pētījuma rezultāti liecina, ka lielākā daļa jauniešu ir apmierināti ar savu veselības stāvokli un izskatu, kas kopumā norāda uz pozitīvu pašvērtējumu un veselības uztveri šajā vecumgrupā. Tikai aptuveni 10 % jauniešu izjūt neapmierinātību ar savu veselību, kas ir salīdzinoši zems rādītājs. Jaunākie jaunieši (13–17 gadi) savu veselību vērtē pozitīvāk nekā vecāki (18–25 gadi), taču vecākajā grupā biežāk parādās stresa, noguruma un veselības problēmu pazīmes. Dzimuma griezumā vīrieši biežāk uzskata, ka viņu veselība ir laba vai ļoti laba, savukārt sievietes biežāk novērtē to kā vidēju vai sliktu. Šīs atšķirības var būt saistītas gan ar emocionālajiem un psiholoģiskajiem faktoriem, gan ar atšķirīgu veselības uztveri un pieredzi. Dzīvesvietas griezumā pilsētu un lauku jauniešu vērtējumi ir līdzīgi, tomēr lauku jauniešu vidū nedaudz biežāk novērojama neapmierinātība, kas varētu liecināt par atšķirīgu veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību. Vairumam jauniešu veselības stāvoklis būtiski neierobežo ikdienas aktivitātes, taču trešdaļa atzīst nelielus traucējumus, kas var būt saistīti ar stresu vai dzīvesveida paradumiem. Veselības aprūpes pieejamību jauniešu vidū ietekmē vairāki faktori: laika trūkums, ilgas rindas, finansiālas grūtības, nezināšana, kur vērsties, un zema uzticēšanās ārstiem. Vecākajā grupā (18–25 gadi) biežāk dominē praktiskie un ekonomiski šķēršļi, kamēr jaunākajiem (13–17 gadiem) nozīmīgāki ir emocionāli un uzvedības faktori, piemēram, bailes vai vecāku neiesaistīšanās. Vienlaikus pētījums atklāj, ka jauniešu mentālā veselība ir trausla – vairāk nekā puse jauniešu regulāri izjūt stresu, saspringumu vai nomāktību, un aptuveni ceturtdaļa jūtas vientuļi. Jaunietes un pilsētu jaunieši šīs sajūtas izjūt biežāk, kas norāda uz dzimuma un vides ietekmi uz emocionālo labklājību.

Ieteikumi jauniešu veselības stāvokļa uzlabošanai:

Ja jaunieši tiek noteikti kā prioritārā grupa, būtiskākais ir nodrošināt ātru, vienkāršu un uzticamu piekļuvi veselības aprūpei, mazināt birokrātiju un informācijas trūkumu, kā arī iesaistīt ģimenes, sociālo dienestu, jaunatnes centrus un izglītības iestādes kā atbalsta punktus. Tas palīdzētu ne tikai samazināt gaidīšanas laiku, bet arī stiprināt agrīnu intervenci un uzlabotu vispārējo jauniešu veselības stāvokli ilgtermiņā.

1. Mentālās veselības stiprināšana:

- Paplašināt psiholoģiskās izglītības un emocionālās noturības programmu pieejamību skolu vidē un ārpus skolu vides.
- Nodrošināt vieglāku piekļuvi mentālās veselības centru sniegtajam atbalstam, īpaši lauku teritorijās.

2. Veselības aprūpes pieejamības uzlabošana:

- Koordinēt jauniešu speciālistu tīklu (pediatri, psihologi, zobārsti, oftalmologi u.c.), īpaši attālākos un lauku apvidos, kur ir speciālistu trūkums.
- Veicināt sadarbību starp pašvaldībām un skolām, organizējot regulāras veselības veicināšanas aktivitātes skolās, jauniešu centros (profilaktiskās vizītes, redzes, dzirdes, zobu pārbaudes).
- Nodrošināt mobilos veselības punktus vai konsultācijas tiešsaistē, lai mazinātu teritoriālās atšķirības.
- Stiprināt uzticēšanos veselības aprūpes speciālistiem ar sabiedrības -jauniešu informēšanas un uzticības veidošanas kampaņām.
- Pašvaldību veselības koordinatori vai "bērnu veselības konsultanti", kas palīdz ģimenēm pierakstīties un orientēties sistēmā.

4. Atbalsts trūcīgām/ maznodrošinātām ģimenēm, kā arī ģimenēm, kurām ir grūtības veikt pienācīgu bērna aprūpi:

- Nodrošinot bezmaksas vai līdzfinansētas vizītes, transportu pie speciālistiem vai mobilos veselības punktus laukos.
- Integrēt veselības izglītību skolās – veicinot bērnu un pusaudžu izpratni par profilaksi un savlaicīgu vēršanos pie ārsta.
- Stiprināt skolu veselības aprūpes personāla pieejamību (medmāsas, psihologi, logopēdi u.c.), kas var sniegt pirmo palīdzību un novērtēt nepieciešamību pēc ārsta apmeklējuma.
- Izveidot mobilās veselības komandas mazāk apdzīvotās teritorijās, kas regulāri apmeklē skolas vai kopienas centrus.
- Nodrošināt psiholoģisko palīdzību jauniešiem pēc ārpus ģimenes aprūpes un jauniešiem, kam ir intelektuālie traucējumi, īpaši jauniem vecākiem.

5. Veselīga dzīvesveida un pašvērtējuma veicināšana:

- Izstrādāt jauniešu veselību veicinošas izglītības programmas par fizisko un mentālo veselību
- Atbalstīt pozitīvu ķermeņa tēla veidošanu un medijpratību, lai mazinātu sociālo spiedienu un zema pašvērtējuma problēmas.

6. Sociālās vides stiprināšana:

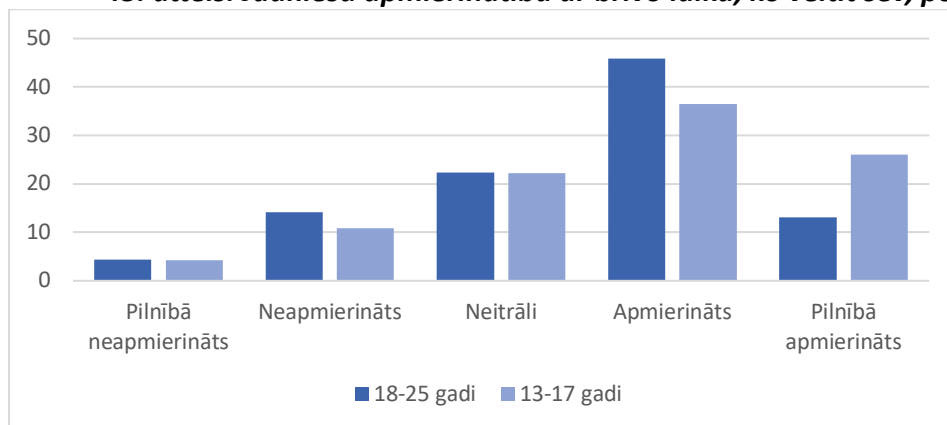
- Veidot kopienas aktivitātes un neformālās izglītības pasākumus, kas samazina vientulību un veicina jauniešu iesaisti.
- Atbalstīt mentoringa un vienaudžu atbalsta programmas (personīgās izaugsmes treneris), īpaši pilsētvidē, kur jaunieši biežāk izjūt emocionālu distanci.

4.3.3. Aktīvs dzīvesveids, attiecības, brīvā laika iespējas un nodarbošanās

Šajā nodaļā ir analizētas jauniešiem pieejamās iespējas un to izmantošanas tendences, kas saistītas ar aktīvu dzīvesveidu, savstarpējām attiecībām, brīvā laika pavadīšanu un nodarbošanos. Tēma aptver vairākus aptaujas jautājumus, kuru mērķis ir noskaidrot, kā jaunieši vērtē savu ikdienas aktivitāšu līdzsvaru, sociālo iesaisti un iespējas pilnvērtīgi realizēt intereses gan izglītības, gan sabiedriskajā dzīvē. Analīze sniegs ieskatu tajā, kādi faktori veicina vai ierobežo jauniešu līdzdalību un labklājību dažādās dzīves jomās.

Lai objektīvi novērtētu, kādas ir jauniešu līdzdalības iespējas, tika uzdots jautājums par apmierinātību ar brīvo laiku, ko veltīt sev. Lielākā daļa (45.9%) jauniešu vecumā no 18-25 ir apmierināti ar iespēju veltīt sev brīvo laiku, bet tikai 13.1% pilnībā apmierināti. Jaunākā vecuma grupa arī lielākā daļa (36.5%) ir apmierināta, bet ievērojami augstāks īpatsvars ir norādījuši, ka ir pilnībā apmierināti (26.1%) (43. attēls). Vērtējot datus pēc dzimuma un dzīvesvietas, būtiskas atšķirības nav. Nedaudz apmierinātāki ar sev pieejamo brīvo laiku ir vīrieši (27.1%) salīdzinot ar sievietēm (19.4%). Apmierinātībā ar brīvo laiku pēc dzimuma un dzīvesvietas sadalījumā nav būtiskas atšķirības.

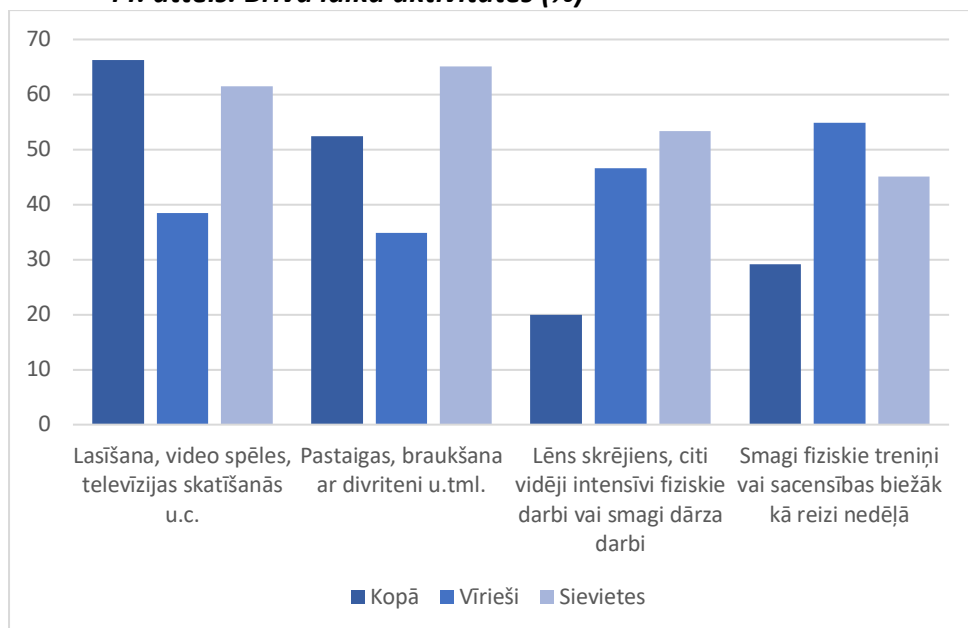
43. attēls. Jauniešu apmierinātība ar brīvo laiku, ko veltīt sev, pēc vecuma (%)



N=643

Jautājums par to, kā jaunieši pavada savu brīvo laiku ļauj novērtēt, kā respondenti atpūšas, novērtēt fizisko un pasīvo aktivitāšu īpatsvaru, kas sniedz ieskatu viņu dzīvesveidā, veselībā un labklājībā. Lielākā daļa jauniešu (66.3%) izvēlas vieglas – pasīvas aktivitātes (lasīšanu, video spēles, TV skatīšanos) un 52.4% vieglas fiziskās aktivitātes. Ar vidēji intensīviem fiziskiem darbiem (lēns skrējienis, smagi dārza darbi) nodarbojas 20% respondentu, bet ar smagiem fiziskiem treniņiem vai sacensībām 29.2%. Sievietes biežāk izvēlas mazāk intensīvas un sociāli mazāk riskantas aktivitātes, piemēram, pastaigas, lasīšanu vai TV skatīšanos. Vīrieši vairāk iesaistās intensīvās fiziskās aktivitātēs un sacensībās, kas var atspoguļot sociālus un fiziskus paradumus (44. attēls). Intervijās un aptaujās komentāros bija daļa jauniešu, kas norādīja, ka neko nevēlas darīt vai negrib neko darīt. Citi atzīmēja, ka patīk pastaigāties “ar draugiem ārā”, vai radošas nodarbes – “muzicēju”, “zīmēju”, “dziedu kori”, “teātra” nodarbībās.

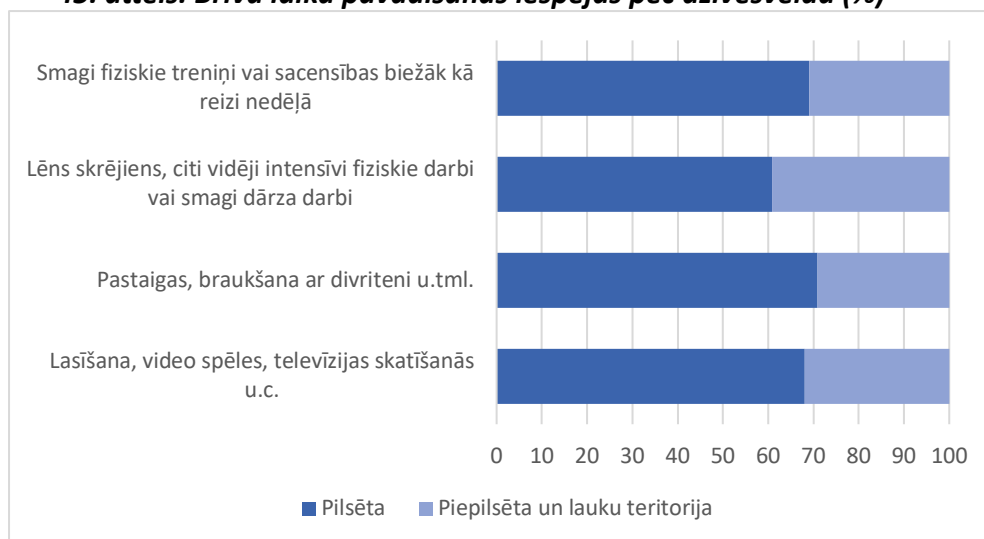
44. attēls. Brīvā laika aktivitātes (%)



N=643

Analizējot brīvā laika aktivitātes pēc dzīvesvietas, redzams, ka pilsētā dominē lasīšana, pastaigas un fiziskās aktivitātes (skrējienis, darbs mājās vai fitnessā), kamēr laukos un piepilsētā aktivitātes ir retākas un vairāk saistītas ar praktiskiem darbiem vai citiem nodarbošanās veidiem. Pilsētā cilvēki vairāk lasa (68%) nekā laukos/piepilsētā (32%), iespējams, pateicoties labākai piekļuvei bibliotēkām, grāmatnīcām un internetam. Pastaigas izvēlas biežāk pilsētnieki (70.9%) nekā laucinieki (29.1%), kas var liecināt, ka pilsētās tās ir ērtāks atpūtas vai pārvietošanās veids. Lēns skrējienis ir populārāks pilsētā (60.9%), bet arī laukos nav retums (39.1%), norādot, ka fiziskās aktivitātes urbānajā vidē ir biežāk sastopamas. Arī citas fiziskas nodarbes pilsētā ir biežāks brīvā laika pavadīšanas veids (69.1%) nekā laukos (30,9%) (45.attēls). Dati liecina, ka jaunieši laukos kopumā ir neaktīvāki un jādodomā, kā veicināt tieši laukos dzīvojošo jauniešu dažādas brīvā laika pavadīšanas iespējas.

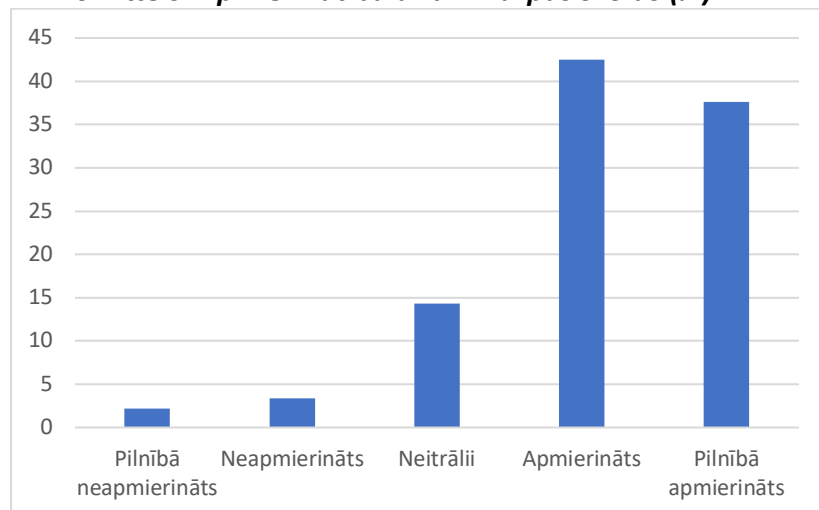
45. attēls. Brīvā laika pavadīšanas iespējas pēc dzīvesveida (%)



N=643

Kopumā 80.1% jauniešu ir apmierināti vai pilnībā apmierināti ar dzīvi ārpus skolas/darba. Tas liecina par visai augstu dzīves kvalitātes uztveri ārpus formālajām aktivitātēm. 14.3% jauniešu ir neitrāli, kas norāda, ka viņi jūtas vidēji, ne īpaši apmierināti, ne neapmierināti. 5.6% jauniešu jūtas neapmierināti vai pilnībā neapmierināti ar savu dzīvi ārpus skolas/darba, kas ir salīdzinoši zems rādītājs (46. attēls). Sadalījumā pēc dzimuma un dzīvesvietas nav būtisku atšķirību.

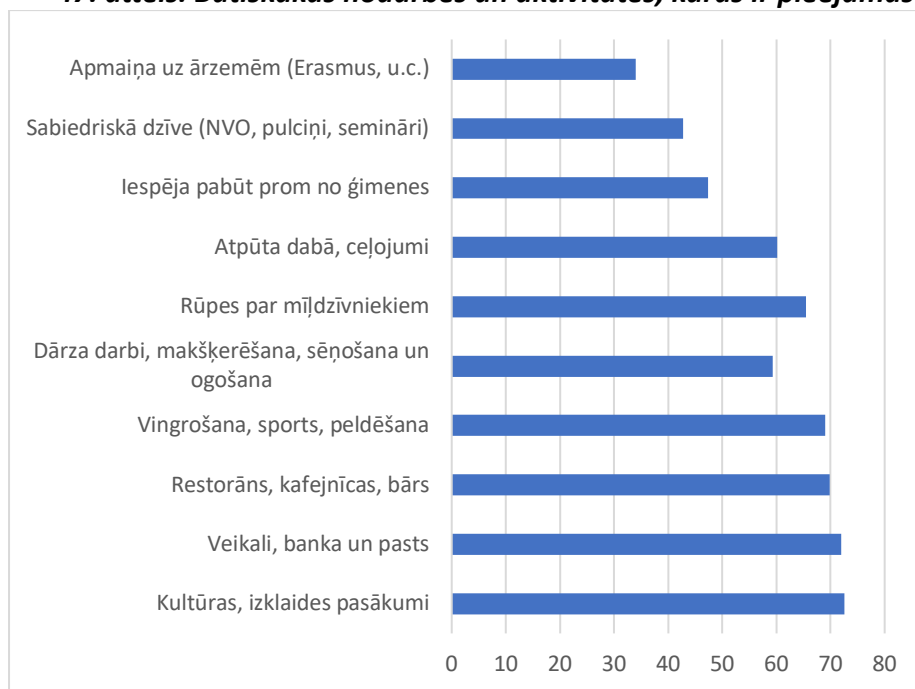
46. Attēls. Apmierinātība ar dzīvi ārpus skolas (%)



N=643

Jautājums par nodarbēm un iespējām, kas ir pieejamas palīdz izprast jauniešu reālās iespējas un ierobežojumus brīvā laika pavadīšanā – tas ir svarīgs rādītājs sociālās iekļaušanas, dzīves kvalitātes un līdzdalības kontekstā. Šis jautājums ļauj ne tikai saprast, ko jaunieši reāli dara, bet arī to, ko viņi gribētu darīt, bet nevar atļauties vai kam nav pieejas. Tādējādi tas ir viens no galvenajiem indikatoriem, lai noteiktu ierobežotas iespējas un sociālās līdzdalības ierobežojumu jauniešu vidū. Lielākā daļa jauniešiem ir pieejami kultūras un izklaides iespējas (72.6%), kā arī ikdienas pakalpojumi (veikali, bankas, pasts – 72%). Tas norāda, ka pamata sociālā un kultūras infrastruktūra jauniešiem ir salīdzinoši labi sasniedzama. Ap 70% jauniešu var nodarboties ar sportu vai peldēšanu, bet aptuveni 60% izvēlas atpūtu dabā vai dārza darbus. Tas atspoguļo aktīva un veselīga dzīvesveida potenciālu. Samērā maz jauniešu (42.8%) iesaistās sabiedriskajā dzīvē vai brīvprātīgajā darbā, un tikai trešdaļai (34%) ir iespēja piedalīties starptautiskās apmaiņas programmās. Tas var liecināt par informācijas trūkumu, finansiāliem šķēršļiem vai ierobežotu institucionālu atbalstu šāda veida aktivitātēm. Tikai 47.4% jauniešu norāda, ka viņiem ir iespēja pabūt prom no ģimenes, kas var norādīt uz ierobežotu personīgo brīvību, īpaši jauniešiem, kuri dzīvo kopā ar vecākiem vai kam nav finansiālas patstāvības (47. attēls).

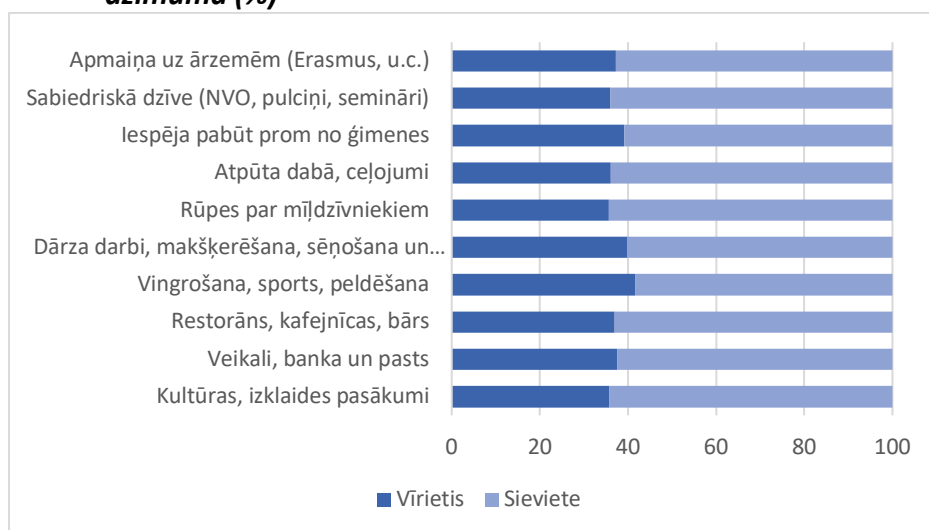
47. attēls. Būtiskākās nodarbes un aktivitātes, kuras ir pieejamas un var atļauties (%)



N=643

Var secināt, ka sievietes ievērojami biežāk nekā vīrieši norāda, ka tām ir pieejamas dažādas aktivitātes ārpus skolas vai darba. Visās aktivitāšu kategorijās sievietes pārsniedz vīriešus par 16–29 procentpunktiem, kas liecina par augstāku iesaisti vai pieejamības izjūtu dažādās jomās. Izteiktākās dzimumu atšķirības ir novērojamas aktivitātēs, kas saistītas ar kultūru, sabiedrisko dzīvi un rūpēm par dzīvniekiem. Šajās jomās sieviešu īpatsvars pārsniedz vīriešu par gandrīz 30%. Sievietēm kopumā ir plašākas iespējas un lielāka iesaiste dažādās brīvā laika un sabiedriskajās aktivitātēs nekā vīriešiem. Šī tendence var norādīt uz dzimumu līdzdalības plaisu jauniešu vidū, kas būtu būtiski ņemama vērā, plānojot jaunatnes politikas un brīvā laika infrastruktūras pasākumus, lai veicinātu līdzvērtīgas iespējas abiem dzimumiem (48. attēls).

48. attēls. Būtiskākās nodarbes un aktivitātes, kuras ir pieejamas un var atļauties pēc dzimuma (%)



N=643

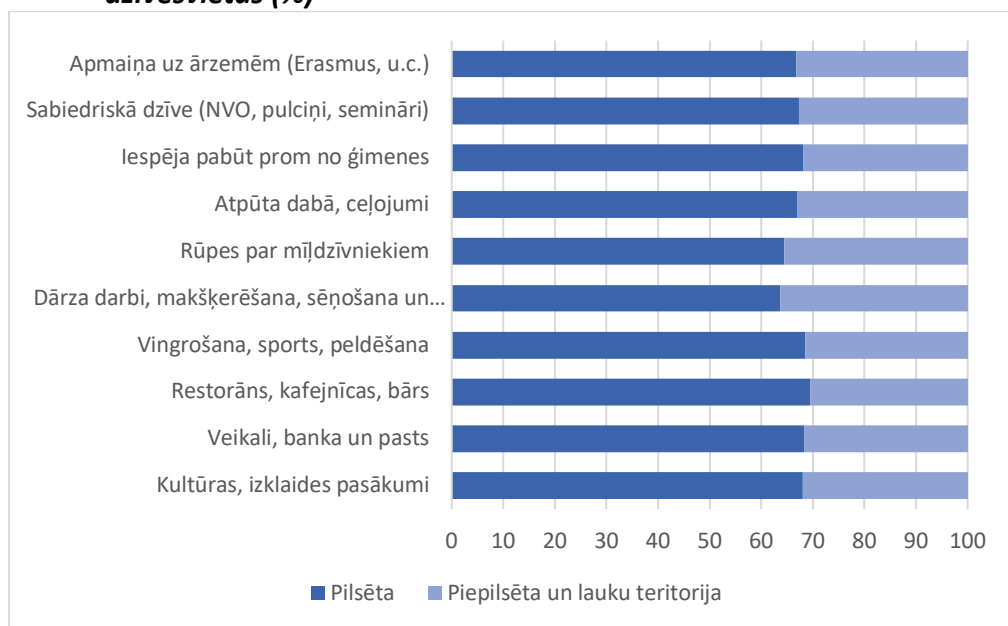
Pilsētu jauniešiem ir būtiski lielāka piekļuve kultūras, sporta, sabiedriskajām un atpūtas aktivitātēm – visās kategorijās starpība pārsniedz 30%. Izteiktākās plaiss novērojamas sabiedriskās un kultūras aktivitātēs, kā arī restorānu un sporta iespēju pieejamībā, kur pilsētu jauniešiem šīs iespējas ir par gandrīz 40% lielākas. Tas norāda uz infrastruktūras un pakalpojumu koncentrāciju pilsētās. Vienīgā aktivitāte, kur lauku jaunieši salīdzinoši biežāk iesaistās, ir dārza darbi, makšķerēšana, sēņošana un ogošana (36.3%), kas raksturīga lauku dzīvesveidam un dabas tuvumam. Pilsētu un lauku jauniešu starpā pastāv skaidra teritoriālā nevienlīdzība brīvā laika pavadīšanas iespējās. Pilsētu jauniešiem pieejamais aktivitāšu klāsts ir plašāks un daudzveidīgāks, savukārt lauku jauniešiem brīvā laika pavadīšana biežāk balstās uz dabas tuvumu un individuālām nodarbēm.

Šādas atšķirības uzsvē nepieciešamību stiprināt jaunatnes infrastruktūru un mobilitātes iespējas reģionos, lai mazinātu plaisu starp pilsētu un lauku jauniešu iespējām (49. attēls). Intervijās arī jaunieši, kas dzīvo lauku teritorijā un ir ar dažāda veida funkcionāliem traucējumiem apstiprināja, ka ārpus skolas aktivitātes nav pieejamas vispār vai ir ļoti ierobežotas. Jaunieši uz jautājumu, kā pavadīja brīvlaiku, atbildēja, ka “strādāja”, “palīdz mājas darbos”, “neko īpaši nedarīja” (Fokusgrupu intervija ar jauniešiem). Arī uz jautājumu par ceļošanu vai citām brīvā laika aktivitātēm jaunieši bija rezervēti, atbildot, ka “nepatīk ceļot” vai “iet uz restorāniem”, kas ir pieredzes trūkuma dēļ un nedrošības ārējā vidē, kas nav iekļaujoša vai pielāgota funkcionāliem traucējumiem (Intervija ar jaunekli ar intelektuāliem traucējumiem). Daži jaunieši atklāja, ka ceļojot bieži – dodas uz Valmieru, pastaigājas pa pilsētu. Viens jaunietis ar GRT atklāja, ka ir devies peļņā uz ārvalstīm, strādājis celtniecībā un vasarā palīdz strādāt mežā (Intervija ar jaunieti ar GRT). Šajā situācijā atklājas būtiska nevienlīdzība jauniešu iespēju pieejamībā, kas īpaši skar tos, kuriem ir funkcionāli traucējumi un kuri iegūst izglītību speciālās izglītības iestādēs.

Jaunieši ar funkcionāliem traucējumiem bieži dzīvo sociāli un telpiski izolētā vidē, kur viņu ikdienas kontakti aprobežojas ar pedagogu un vienaudžu loku skolā vai internātā. Tas nozīmē, ka viņiem ir ierobežota piekļuve jauniešu centriem, interešu pulciņiem un sabiedriskajām aktivitātēm ārpus izglītības iestādes. Kā norāda dati, tikai viena jauniete ir izmantojusi Jauniešu mājas “Vinda” piedāvātās iespējas, kas apliecina, ka iesaistes līmenis ir ārkārtīgi zems. Šāda situācija liecina par strukturālām problēmām jaunatnes politikas īstenošanā — proti, pilsētas līmenī pieejamās iespējas faktiski nesasniedz jauniešus ar funkcionāliem traucējumiem. No vienas puses, speciālās izglītības iestādes nodrošina drošu, saprotamu vidi, kurā jaunietis var justies pieņemts un pasargāts. No otras puses, šī institucionālā slēgtā vide rada segregācijas risku, jo jaunieši netiek pietiekami iekļauti sabiedrības kopējā dzīvē. Ilgtermiņā tas var negatīvi ietekmēt viņu pašapziņu, sociālās prasmes un integrācijas iespējas darba tirgū vai kopienā.

Kritiski vērtējot, šī situācija atklāj divu paralēlu jaunatņu eksistenci — viena, kurai ir pieejami dažādi resursi, aktivitātes un brīvā laika iespējas, un otra, kas ir ierobežota institucionālās vides ietvaros. Šāda šķelšanās pretrunā iekļaujošas sabiedrības un vienlīdzīgu iespēju principiem, kas noteikti gan nacionālajos jaunatnes politikas dokumentos, gan ANO Konvencijā par personu ar invaliditāti tiesībām. Tāpēc ir būtiski veicināt sadarbību starp speciālās izglītības iestādēm un pilsētas jauniešu centriem, izveidojot pieejamus un pielāgotus integrācijas mehānismus. Tas var ietvert kopīgas aktivitātes, asistenta atbalstu, pielāgotu transportu un informācijas pieejamību, lai nodrošinātu, ka arī jaunieši ar funkcionāliem traucējumiem var pilnvērtīgi piedalīties sabiedriskajā dzīvē. Šāda pieeja ne tikai mazinātu segregāciju, bet arī veicinātu sabiedrības empātiju, saliedētību un iekļaujošu vidi visiem jauniešiem.

49. attēls. Būtiskākās nodarbes un aktivitātes, kuras ir pieejamas un var atļauties pēc dzīvesvietas (%)



N=643

Kopsavilkums

Šajā nodaļā analizētas jauniešu iespējas un to izmantošanas tendences ārpus formālās izglītības un darba, īpaši pievēršoties brīvā laika pavadīšanai, apmierinātībai ar dzīves apstākļiem un iesaisti sabiedriskajā dzīvē. Dati rāda, ka lielākā daļa jauniešu ir apmierināti ar savu dzīvi ārpus skolas vai darba (80.1%), kas liecina par salīdzinoši augstu dzīves kvalitātes uztveri. Līdzīgi pozitīvi vērtējumi novērojami arī attiecībā uz brīvo laiku un materiālo apmierinātību, īpaši jaunākajā vecuma grupā (13–17 gadi), kur gandrīz 90% jauniešu jūtas apmierināti ar to, kas viņiem pieder.

Brīvā laika pavadīšanas paradumi liecina, ka jaunieši visbiežāk izvēlas pasīvas vai vieglas fiziskās aktivitātes, savukārt intensīvākās nodarbēs biežāk iesaistās vīrieši. Pilsētu jauniešiem ir būtiski plašākas iespējas kultūras, sporta un sabiedriskajām aktivitātēm, kamēr lauku jauniešu brīvā laika pavadīšana vairāk balstās uz praktiskām un dabā vērstām nodarbēm. Datu analīze atklāj arī dzimumu līdzdalības plaisu – sievietes biežāk iesaistās sabiedriskajās un kultūras aktivitātēs nekā vīrieši.

Īpaši izteikta nevienlīdzība novērojama jauniešu ar funkcionāliem traucējumiem vidū, kuri bieži dzīvo izolētā vidē un reti izmanto pilsētu piedāvātās brīvā laika iespējas. Tas norāda uz strukturālām problēmām jaunatnes politikas īstenošanā un nepieciešamību stiprināt sadarbību starp speciālās izglītības iestādēm un jauniešu centriem, nodrošinot pielāgotu un iekļaujošu vidi. Kopumā analīze parāda, ka, lai gan lielākā daļa jauniešu izjūt apmierinātību un piekļuvi dažādām iespējām, pastāv būtiskas teritoriālās, sociālās un funkcionālās atšķirības, kas prasa mērķtiecīgu atbalstu un politikas uzlabojumus, lai nodrošinātu līdzvērtīgas iespējas visiem jauniešiem.

Ieteikumi aktīva dzīvesveida veicināšanai

1. Sabiedriskā dzīve un līdzdalība:

- Veidot pieejamas un iekļaujošas jauniešu organizācijas un centrus, īpaši reģionos un lauku teritorijās.
- Veidot jauniešu nometnes un pieredzes apmaiņas projektus, kas sniedz emocionālu brīvību un pašizaugsmi, īpaši lauku apvidos dzīvojošiem jauniešiem.
- Piedāvāt mentoru programmas jauniešiem, kas meklē neatkarību un pašpārlicību.
- Ieviest finanšu un dzīves prasmju apmācību, īpaši jauniešiem ārpusģimenes aprūpē.
- Atbalstīt jauniešu organizāciju un pulciņu darbību, īpaši laukos un mazākās apdzīvotās vietās.
- Izveidot atbalsta programmas jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem, tostarp asistentu un mentoru sistēmas.
- Veidot jauniešu forums un diskusiju vakarus, kuros jaunieši var piedalīties sabiedriskajā dzīvē un apgūt aktīvas līdzdalības prasmes.

2. Atpūta dabā un ceļojumi, sports:

- Veicināt sociālo tūrisma - nodrošināt bezmaksas vai par simbolisku maksu dalību (dabas takas, pārgājieni, laivu braucieni u.c. aktivitātēs).
- Veicināt piekļuvi sporta infrastruktūrai un organizēt jauniešiem aktuālus sporta pasākumus, īpaši lauku apvidos.
- Nodrošināt piekļuvi transportam, īpaši lauku jauniešiem, lai viņi varētu apmeklēt aktivitātes un pasākumus.

3. Apmaiņas programmas:

- Veicināt informētību par starptautiskām iespējām, piedāvājot konsultācijas, atbalstu projektu sagatavošanā
- Stāstu vakari un dalīšanās pieredzē
- Nodrošināt pašvaldības līdzfinansējumu jauniešu mobilitātes projektiem, lai mazinātu sociālos šķēršļus dalībai.

4. Rūpes par mīļdzīvniekiem:

- Atbalstīt dzīvnieku patversmju un brīvprātīgo programmas jauniešiem, kas veicina atbildību un līdziesaisti.
- Ar jauniešiem kopā izveidot "aktīvo pastaigu maršrutus" – drošas vietas, kur Valmieras novada iedzīvotāji dodas pastaigās ar dzīvniekiem.

5. Ekonomiskie šķēršļi līdzdalībai

Ekonomiskie šķēršļi atspoguļo jauniešu spēju nodrošināt savas pamatvajadzības – piemēram, stabilus ienākumus, mājokli, pārtiku un piekļuvi izglītībai. Ja šīs vajadzības netiek pilnībā apmierinātas, tas rada spriedzi, ietekmē pašvērtējumu un spēju plānot nākotni. Tādēļ ekonomiskie faktori ir jāanalizē ne tikai kā atsevišķs nabadzības vai ienākumu jautājums, bet arī kā elements, kas ietekmē sociālās līdzdalības un emocionālās labklājības līmeni. Ekonomiskie faktori un sociālie apstākļi ir cieši saistīti – viens pastiprina vai vājina otra ietekmi. Šajā sadaļā tiks analizētas pamatvajadzību un dzīves līmenis, attiecības ģimenē un sniegtais sociālais atbalsts, t.sk., apmierinātība ar attiecībām, izglītība un nodarbinātība, sociālā līdzdalība, kāds atbalsts ir pieejams grūtā brīdī, un citi faktori, kas ierobežo jauniešu ekonomisko līdzdalību.

5.1. Apmierinātība ar to, kas pieder

Apmierinātība ar to, kas pieder, ietekmē jauniešu ekonomisko labklājību un ceļ pašvērtējumu. Jauniešu, kuri jūtas apmierināti ar sev pieejamiem resursiem, biežāk izjūt drošību un stabilitāti, savukārt neapmierinātība var veicināt stresu, satraukumu vai nepietiekamības sajūtu. Jauniešu apmierinātība ar materiālo stāvokli var ietekmēt labvēlīgi attiecības ar vienaudžiem un sociālo iesaisti. Nepietiekama apmierinātība var radīt sociālo spriedzi vai salīdzināšanās sajūtu, kas var veicināt izolāciju vai pat riskantu uzvedību. Noskaidrojot jauniešu apmierinātību ar to, kas viņiem pieder, ir svarīgi, jo tas sniedz ieskatu viņu emocionālajā labklājībā, sociālajā adaptācijā, materiālajā drošībā un dzīves kvalitātē, kā arī palīdz plānot atbalstu un programmas viņu labklājības uzlabošanai, piemēram, sociāli mazaizsargāto jauniešu vidū.

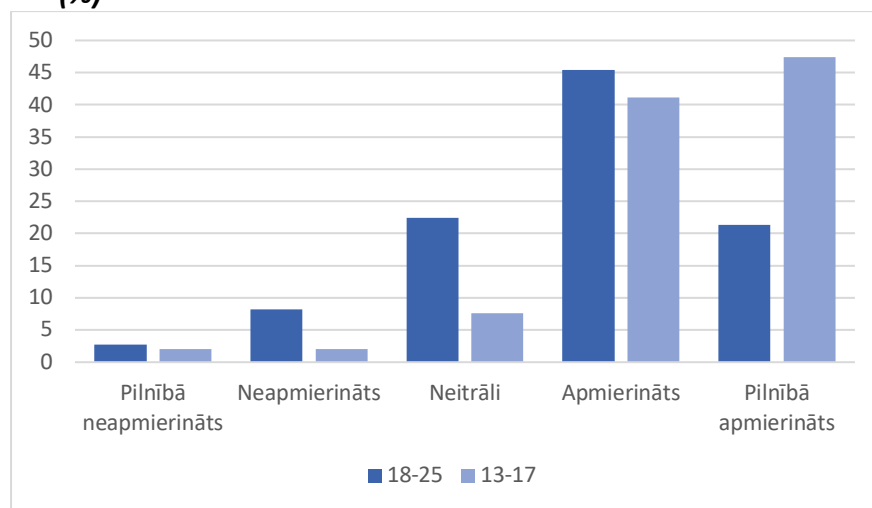
Kopumā lielākā daļa ir apmierināti ar to, kas viņiem pieder vecumā no 13-17 gadiem - tie ir 88.5% jauniešu, kas ir apmierināti un pilnībā apmierināti ar laiku, ko var veltīt sev. Neapmierināti šajā vecuma grupā ir tikai 4% jauniešu. Tā kā šī vecuma grupā materiālā īpašuma līmenis bieži ir atkarīgs no vecākiem vai ģimenes, tas var atspoguļot drošības un apmierinātības sajūtu. Vecumā no 18-25 gadiem kopā 66.7% ir pilnībā apmierināti ar to, kas viņiem pieder. Neapmierināti/ pilnībā neapmierināti ir 10.9%, kas ir ievērojami augstāks rādītājs, nekā jaunākajā grupā (50. attēls). Datu analīzē pēc dzimuma un teritorijas nepastāv būtiskas atšķirības. Intervijās ar jauniešiem, kuri ir ārpusģimenes aprūpē, apliecina, ka ne vienmēr viņiem ir apziņa, ka viņiem kaut kas pieder. Tāpat ir jaunieši, kas nespēj veiksmīgi pārvaldīt savus uzkrātos līdzekļus (apgādnieka zaudējuma gadījumā, pabalstu u.c.) pēc ārpusģimenes aprūpes izbeigšanās. Atbalsta persona, kas strādā ar jauniešiem, norāda, ka “(..) jau bērnībā būtu jāiesaistās un jāmaca finanšu Pratiībā.” Jaunieši ārpusģimenes aprūpē ir arī ar GRT un citiem funkcionāliem traucējumiem, kādēļ pēc aprūpes izbeigšanās nepieciešams turpināt sniegt atbilstošu atbalstu. *“Viņiem nav izprotama naudas vērtība. Viņiem viss ir iedots. Var taupīt, uzkrāt, bet to nedara. Nav izpratne. Viņi dzīvo vienai dienai.”* (Atbalsta persona darbā ar jauniešiem ārpusģimenes aprūpē). No otras puses, ir arī ļoti pozitīvi piemēri, kad jaunieši saprot un mērķtiecīgi taupa, lai pēc aprūpes izbeigšanas varētu atļauties dzīvot savā dzīvoklī.

Pašvaldības pienākums nodrošināt atbalstu, sasniedzot pilngadību, ir nozīmīgs. Bet ļoti būtiski ir pievērst uzmanību, kas šiem jauniešiem ir pieder tieši esot pie audžuvecākiem, aizbildņiem vai aprūpes iestādē. Ļoti svarīgi, lai jaunieši uzsāk veidot nelielus uzkrājumus, vai tiek veicināta personīgo lietu iegāde, piemēram, mājas labiekārtošanai, kas viņiem var būt noderīgas pēc aprūpes izbeigšanās jau agrīnā bērnībā. *“Man nekā nav. Man neko nevajag.”*

(Jauniete ārpus ģimenes aprūpē). Ārpusģimenes aprūpes jaunieši dažkārt mēdz noraidīt piedāvāto palīdzību – piemēram, meitene ar GRT izvēlas labāk dzīvot pie “drauga”, nevis grupu mājā vai sociālā dzīvoklī. Personīgās izvēles var būt dažādas, bet šajā gadījumā ir svarīgi sniegt visu nepieciešamo atbalstu, ņemot vērā ierobežotās funkcionēšanas spējas un spējas patstāvīgi uzņemties atbildību par savu dzīvi (Intervija ar sociālo pakalpojumu sniedzēju). Sociālā dienesta sniegtajiem pakalpojumiem šajā gadījumā ir kritiska nozīme, lai persona turpinātu saņemt sabiedrībā balstītos pakalpojumus un varētu dzīvot neatkarīgu dzīvi ar ģimenes asistenta palīdzību.

Arī jauniem vecākiem uzsākt patstāvīgu dzīvi bez ģimenes atbalsta ir ārkārtīgi grūti. Intervijās jaunās māmiņas norādīja, ka pašām īsti nekas neesot vajadzīgs, jo viss aiziet bērna vajadzību nodrošināšanai. *“Man jau tagad viss bērniņam. Man neko nevajag tādu. (..) Man gribētos varbūt kaut ko sev tādu...”* (Jauniete bērnu kopšanas atvaļinājumā). *“Man jau pašai tādu līdzekļu nav. Mans draugs strādā. Citreiz mamma iedod kaut ko mazajam, lai nopērku...”* (Jauniete bērnu kopšanas atvaļinājumā). Šķersgriezumā pēc dzimuma un dzīvesvietas nav būtiskas atšķirības.

50. attēls. Jauniešu apmierinātība ar to, kas pieder (īpašumi, lietas, resursi) pēc vecuma (%)



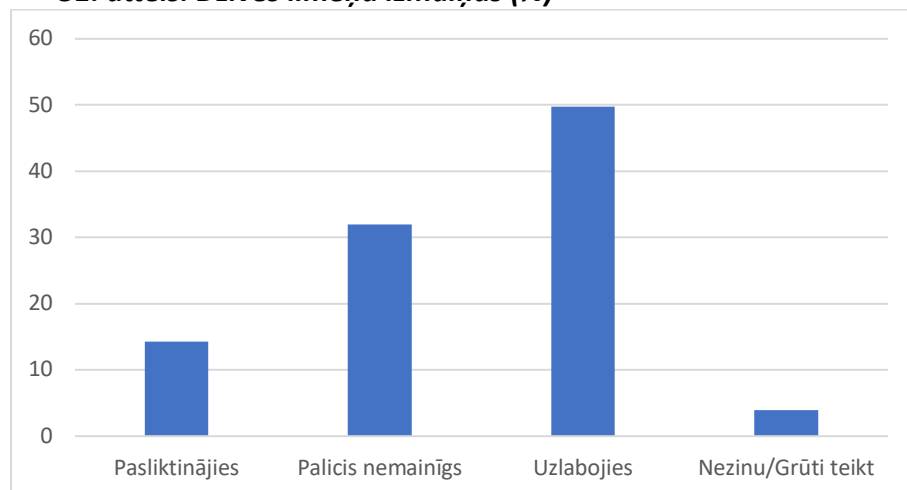
N=643

5.2. Dzīves līmeņa izmaiņas un pamatvajadzību nodrošināšana

Jautājumam par dzīves līmeni un tā izmaiņām pēdējā gada laikā ir būtiska nozīme, analizējot ekonomiskos šķēršļus jauniešu vidū, jo tas ļauj novērtēt gan objektīvos, gan subjektīvos aspektus, kas raksturo jauniešu sociālo un ekonomisko situāciju. Dzīves līmenis kalpo kā visaptverošs rādītājs, kas atspoguļo ienākumus, patēriņa iespējas, materiālo drošību, pieeju izglītībai, veselības aprūpei un brīvā laika aktivitātēm. Izmaiņas šajā līmenī norāda uz to, kā jaunieši spēj vai nespēj pielāgoties mainīgajiem ekonomiskajiem apstākļiem. Analizējot datus par jauniešu dzīves līmeņa izmaiņām pēdējā gada laikā, redzams, ka kopējā tendence ir salīdzinoši pozitīva: 49.8% jauniešu norādījuši, ka dzīves līmenis ir uzlabojies, 32% – ka tas palicis nemainīgs. Tomēr 14.3% jauniešu, kas norāda uz dzīves līmeņa pasliktināšanos, ir būtisks signāls par sociāli ekonomisko ievainojamību (51. attēls). Šī grupa, visticamāk, sastopas ar tādiem šķēršļiem kā ienākumu vai darba iespēju samazinājums ģimenē, pieaugošas dzīves izmaksas (īpaši mājokļa, transporta, pārtikas jomā), atbalsta vai

resursu nepieejamība (piemēram, mācību stipendiju vai pašvaldību palīdzības trūkums). Šie jaunieši var atrasties augstākā nabadzības vai sociālās atstumtības riska grupā, kas ietekmē viņu iespējas piedalīties sabiedriskajā dzīvē, turpināt izglītību vai uzsākt patstāvīgu dzīvi. Atšķirības pēc dzimuma un dzīvesvietas nav nozīmīgas.

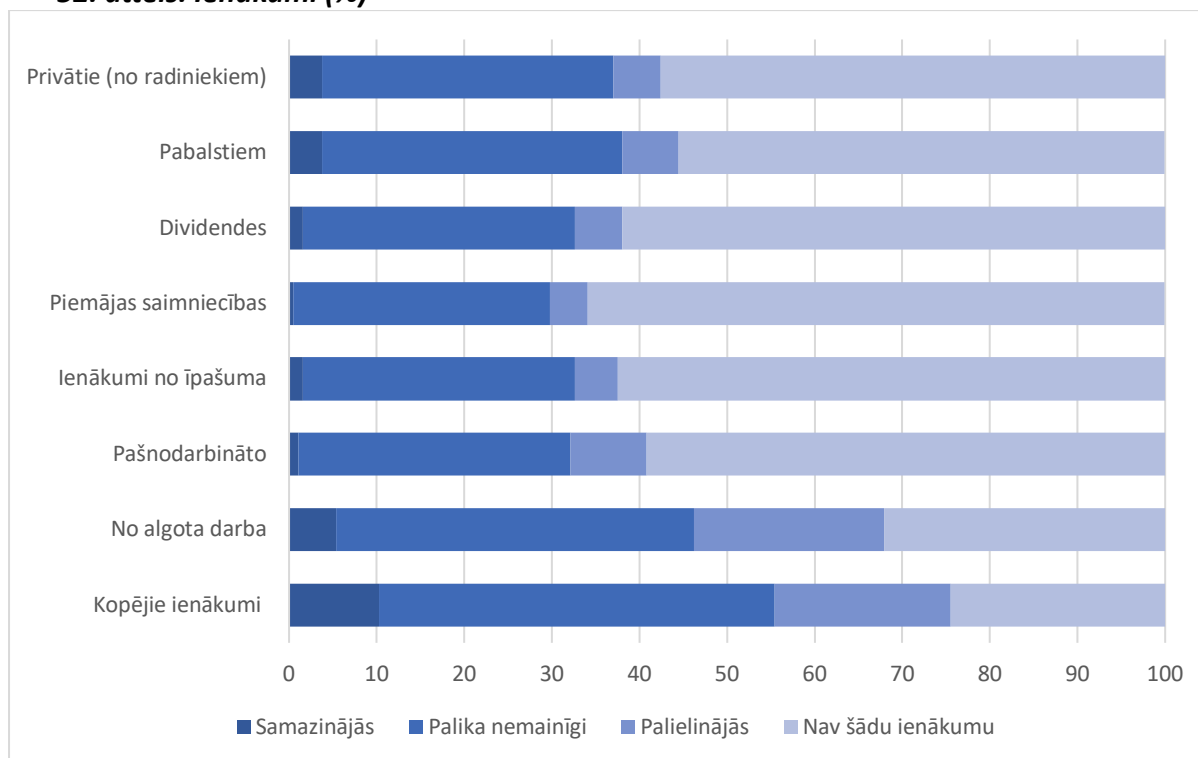
51. attēls. Dzīves līmeņa izmaiņas (%)



N=643

Jautājums par to, kā mājsaimniecības kopējie ienākumi mainījās pēdējā gada laikā, ir svarīgs, jo tas tieši ļauj izvērtēt ekonomisko situāciju jaunieša ģimenē vai mājsaimniecībā, kas ir galvenais faktors ekonomisko šķēršļu identifikācijā. Lielākajai daļai mājsaimniecību ienākumi pēdējā gada laikā ir palikuši nemainīgi. Tomēr aptuveni 10% piedzīvo samazinājumu, kas var ietekmēt jauniešu iespējas nodrošināt pamatvajadzības un brīvā laika aktivitātes. Lielākajai daļai mājsaimniecību ir ienākumi no algota darba, kas palikuši nemainīgi vai pat nedaudz palielinājušies. Tomēr aptuveni 5% ir samazinājušies, un trešdaļai vispār nav ienākumu no algota darba, norādot uz iespējamām finansiālām grūtībām. Pašnodarbinātie un ienākumi no īpašuma ir ļoti ierobežoti jauniešu mājsaimniecībās – lielākajai daļai tie vispār nav pieejami, un tikai nelielai daļai tie ir mainījušies. Citi ienākumi, piemēram, no piemājas saimniecības, dividendes, pabalsti, privātie aizdevumi no radniekiem, ir nestabili, un to trūkums var ietekmēt ietekmēt jauniešu ikdienas dzīvi un iespējas piedalīties aktivitātēs, kas prasa papildu resursu (52. tabula).

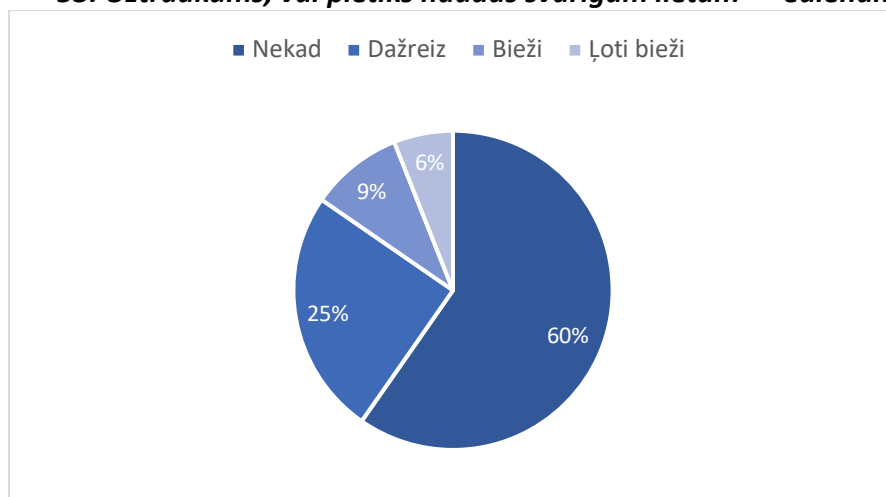
52. attēls. Ienākumi (%)



N=643

Jautājums par to, cik lielā mērā jauniešus uztrauc, vai pietiks naudas svarīgām lietām — ēdienam, rēķiniem un citām ikdienas vajadzībām, ir ļoti nozīmīgs ekonomisko šķēršļu identificēšanā, jo tas ļauj atklāt ne tikai objektīvos, bet arī subjektīvos ekonomiskās nenodrošinātības aspektus. Analizējot datus par to, cik bieži jaunieši ir satraukušies, vai pietiks līdzekļu iztikai, redzams, ka kopumā lielākā daļa jauniešu izjūt salīdzinoši zemu ekonomisko trauksmi, tomēr neliela daļa atrodas paaugstinātā riska grupā. Nekad nav bijuši satraukti 47.6% – gandrīz puse jauniešu nav satraukušies par iztiku. Tas norāda uz relatīvi stabilu ekonomisko situāciju šajā grupā, kā arī iespējamu atbalstu no ģimenes, stipendijām vai citiem ienākumiem. Dažreiz (aptuveni reizi mēnesī) ir 19.9% – katrs piektais jauniešs izjūt trauksmi, kas var būt saistīta ar neparedzētiem izdevumiem vai īslaicīgām finansiālām grūtībām. Tomēr 12,3% jauniešu (bieži un ļoti bieži) ir regulāri satraukti par iztiku, kas norāda uz ekonomisku ievainojamību. Šie jaunieši var saskarties ar grūtībām segt pamatvajadzības (ēdiens, rēķini), ierobežotām iespējām piedalīties izglītībā vai brīvā laika aktivitātēs, paaugstinātu psiholoģisko stresu un trauksmi. (53. attēls).

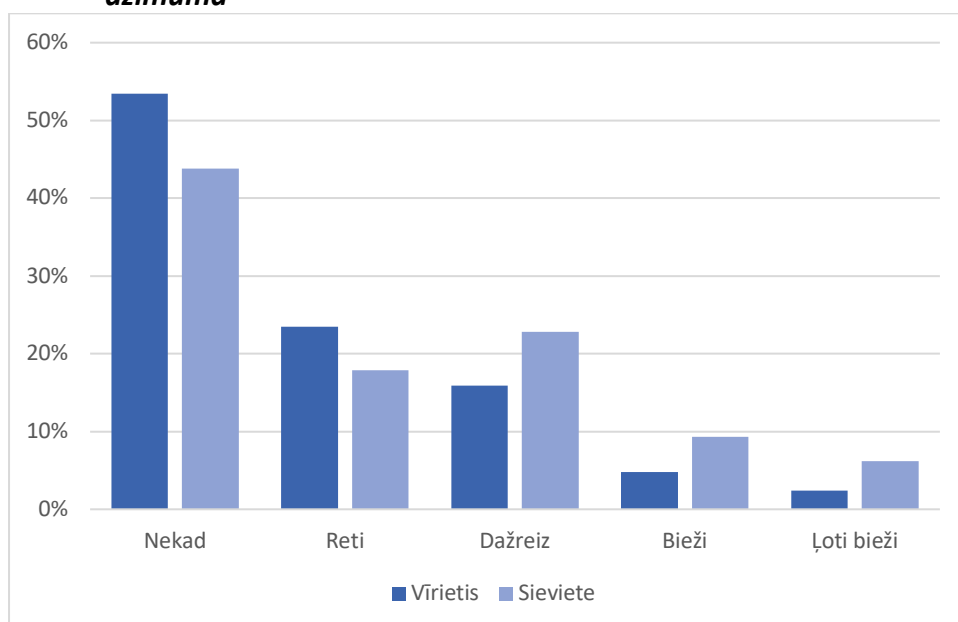
53. Uztraukums, vai pietiks naudas svarīgām lietām — ēdienam, rēķiniem u.c.



N=643

Analizējot datus pēc dzimuma, vīrieši ievērojami biežāk nekā sievietes norāda, ka nekad nav satraukušies par iztiku, kas liecina par lielāku subjektīvu finansiālo drošību vai mazāku trauksmi vīriešu vidū. Aptuveni viena trešdaļa jauniešu (apmēram 40%) jūt nelielu trauksmi periodiski, neatkarīgi no dzimuma. Sievietes (15.5%) divreiz biežāk nekā vīrieši (7.2%) regulāri izjūt stresu par iztiku, kas liecina par augstāku finansiālo nedrošību vai subjektīvo trauksmi sieviešu vidū. (54. attēls). Analizējot datus pēc dzīvesvietas, nepastāv būtiska atšķirība starp abām grupām.

54. Uztraukums, vai pietiks naudas svarīgām lietām — ēdienam, rēķiniem u.c. pēc dzimuma

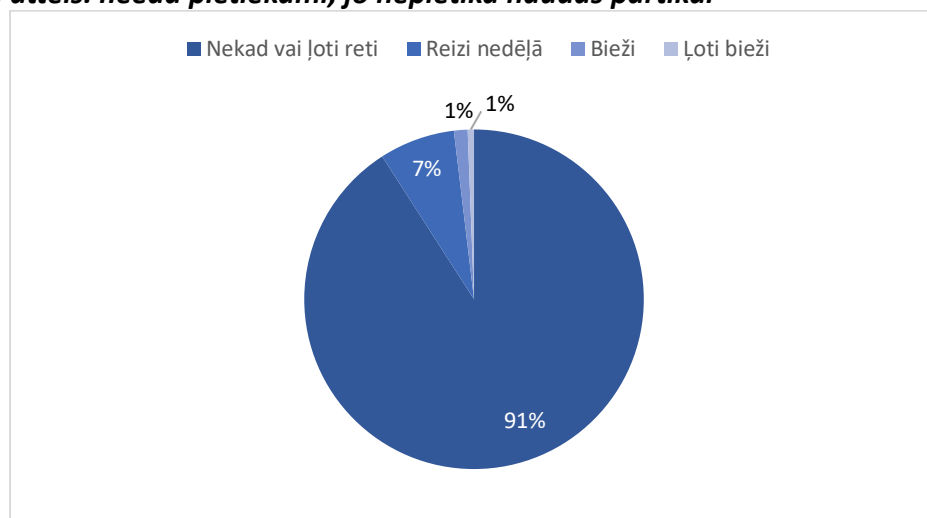


N=643

Dati uzsver, ka subjektīvais finansiālais stress var neatbilst tikai objektīvam ienākumu līmenim, jo daļa jauniešu, kuri objektīvi ir nodrošināti, joprojām var izjust trauksmi. Tas ir svarīgi sociālās politikas plānošanā, lai identificētu gan materiāli maznodrošinātās grupas, gan tās, kurām nepieciešams psiholoģiskais vai informatīvais atbalsts finanšu pārvaldībā. Kopumā dati liecina, ka ekonomiskie šķēršļi vairāk ietekmē sievietes, un politikas veidotājiem jāņem vērā dzimumu dimensija, veidojot atbalsta mehānismus un finanšu pratības programmas.

Jautājums par to, cik bieži jaunieši pēdējā mēneša laikā neēda pietiekami, jo nepietika naudas pārtikai, ir īpaši nozīmīgs ekonomisko šķēršļu izpētē, jo tas tieši atklāj reālas materiālas trūkuma situācijas un to ietekmi uz jauniešu ikdienu. Gandrīz 91% jauniešu norāda, ka viņiem praktiski nav bijis gadījumu, kad nepietiktu naudas ēdienam. Tas liecina par relatīvi stabilu pārtikas nodrošinājumu lielākajai daļai jauniešu. Kopā aptuveni 9% jauniešu piedzīvo pārtikas trūkumu vismaz reizi nedēļā vai biežāk (55. attēls). Šī grupa ir tiešā riska zonā, kur ekonomiskie šķēršļi ietekmē pamatvajadzību apmierināšanu. Tā ir neliela, bet būtiska jauniešu daļa, kuriem regulāri trūkst līdzekļu pārtikai, kas var radīt veselības problēmas (izsalkums, nogurums, koncentrēšanās grūtības), psiholoģisku stresu, ierobežotas iespējas iesaistīties izglītībā un brīvā laika aktivitātēs. Šie dati uzsver nepieciešamību mērķtiecīgi identificēt un atbalstīt jauniešus, kuri nonāk materiālās neaizsargātības situācijās.

55. attēls. neēda pietiekami, jo nepietika naudas pārtikai



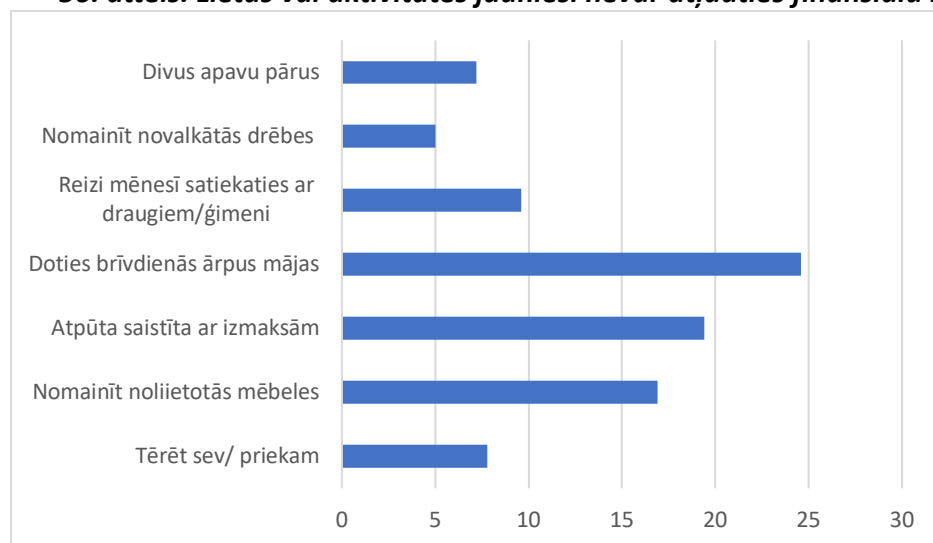
N=643

5.3. Jauniešu aktivitātes

Jautājums par to, kuras lietas vai aktivitātes jaunieši nevar atļauties finansiālu iemeslu dēļ, ir būtisks, jo tas ļauj tieši identificēt ekonomiskos šķēršļus ikdienas dzīvē un atpūtā. Tas papildina iepriekšējos jautājumus par ienākumiem, uztraukumu par iztiku vai pārtikas trūkumu, ļaujot redzēt ne tikai pamatvajadzību apmierinājumu, bet arī subjektīvās iespējas piedalīties sociālajā, kultūras un brīvā laika dzīvē. Finansiālie ierobežojumi 24.6% traucē doties brīvdienās ārpus mājas. Tas liecina, ka ceļošana un atpūta ārpus mājas ir pirmā "luksus" kategorija, ko jaunieši nevar atļauties. **Atpūtu, kas saistīta ar izmaksām (piemēram, socializēšanās, kino vai dzimšanas dienas ballīte)** 19.4% arī ir brīvā laika pavadīšana, kas ir ierobežota. 16.9% nevar nomainīt nolietotas mēbeles un norāda uz ierobežotām iespējām

segt materiālās pamatvajadzības, t.i., mājīgumu. Daļa jauniešu (9.6%) nevar atļauties vismaz reizi mēnesī satikties ar draugiem vai ģimeni, kas norāda uz finansiāliem ierobežojumiem, kas tiešā veidā ietekmē sociālās attiecības jauniešu vidū. Nelielai daļai (7-8% robežās) nepietiek līdzekļu, lai tērētu sev un savam priekam, kā arī lai iegādātos vismaz divus apavu pārus, bet 5% nevar nomainīt novalkātās drēbes pret jaunām (56. attēls). Nav būtisku atšķirību pēc dzimuma un dzīvesvietas. Ekonomiskie šķēršļi **vairāk ietekmē jauniešu brīvā laika aktivitātes un materiālo preču iegādi**, nevis ikdienas pamatvajadzības. Šie ierobežojumi var ietekmēt sociālo un kultūras līdzdalību, veicinot sociālo izolāciju un samazinot dzīves kvalitāti. Politikas un atbalsta pasākumi būtu jāorientē uz **pieejamību brīvā laika aktivitātēm, kultūras un sporta pasākumiem**, kā arī materiālo vajadzību mazināšanu jauniešu vidū.

56. attēls. Lietas vai aktivitātes jaunieši nevar atļauties finansētu (%)



N=643

5.4. Izglītības iespējas un pašizaugsme

Jautājums par to, kas jauniešus satrauc vai interesē visvairāk ir būtisks, jo tas ļauj tieši identificēt jauniešu ekonomiskos šķēršļus, nosaka finansiāli skartās jomas, kā arī parāda, kā ekonomiskie jautājumi mijiedarbojas ar citiem dzīves aspektiem, piemēram, izglītību, karjeru, brīvo laiku un sociālajām attiecībām.

Lielākajai daļai (30.4% reizēm, 61.6% ļoti bieži vai bieži) jauniešu ir grūtības mācībās, kas ir regulārs izaicinājums. Tas var būt saistīts ar mācību slodzi, nepietiekamām prasmēm vai individuālām vajadzībām. Šī problēma tieši ietekmē izglītības rezultātus un motivāciju. Tas norāda uz spiedienu, ko rada izglītības sistēmas prasības un nenoteiktība par darba tirgu, ienākumiem vai iespējām turpināt studijas. Šie rezultāti liecina par strukturāliem šķēršļiem – nepietiekamu karjeras atbalstu, mācību slodzes nesabalansētību un trūkstošām prakses iespējām, kas savukārt ietekmē jauniešu ekonomisko potenciālu un pašpārliecinātību.

Lielā daļa jauniešu saskaras ar praktisko prasmju trūkumu, kas var apgrūtināt viņu iespējas mācīties, doties praksē vai veiksmīgi uzsākt karjeru. Digitālo prasmju trūkums – apmēram 20% jauniešu ar to saskaras reti, bet 5% bieži vai ļoti bieži. Tas nozīmē, ka daļai jauniešu trūkst pārliecības par darbu ar tehnoloģijām, kas mūsdienās ir svarīgas gandrīz jebkurā profesijā. Svešvalodu prasmes ir vēl viena problēma – 29.7% jauniešu norāda, ka tām reizēm ir grūtības, un 20.6% bieži vai ļoti bieži. Tas var ierobežot viņu iespējas gan darba tirgū, gan starptautiskās mācību vai prakses programmās. Lielākajai daļai jauniešu attiecības

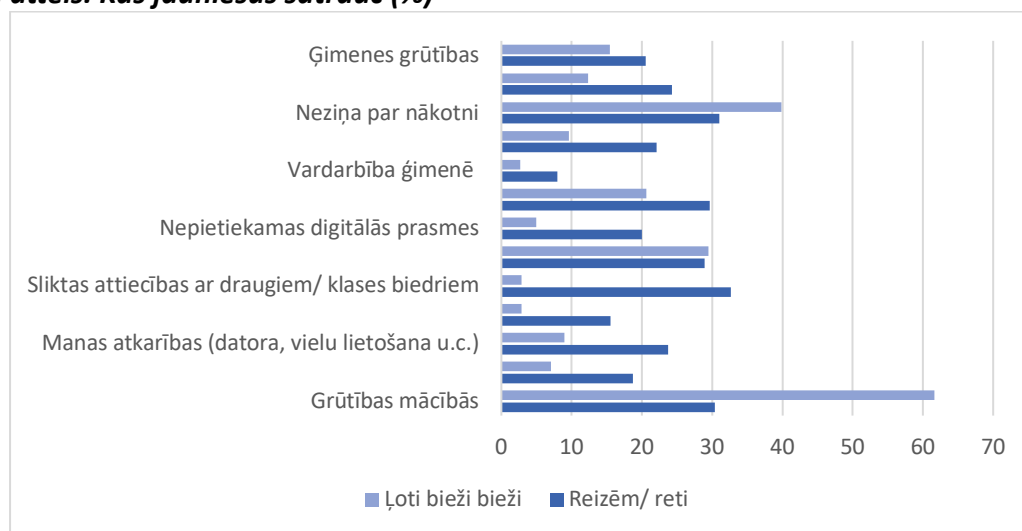
ar vienaudžiem ir labas un stabilas, tomēr pastāv arī riska grupa, kas piedzīvo sociālu spriedzi, agresiju vai vientulību. Ar ‘bullingu’ skolā saskaras kopumā ap 25% jauniešu (18.7% reizēm un 7.1% bieži vai ļoti bieži). Sliktas attiecības ar draugiem vai klases biedriem ir 32.7% - reizēm un 2,9% bieži vai ļoti bieži. Šādi konflikti var negatīvi ietekmēt jauniešu emocionālo labsajūtu un pašvērtējumu. Mobilā telefona lietošanas ierobežojumi skolā tiek pieminēti kā problēma 24.3% reizēm un 12.3% bieži vai ļoti bieži, kas var liecināt gan par atkarību no ierīcēm, gan par grūtībām ievērot noteikumus. Šī problēma norāda uz jauniešu pieredzēm ar skolas noteikumiem, kas var radīt frustrāciju, bet nav galvenais izaicinājums.

Sociālo tīklu drošības jautājumi nav izplatīta problēma, bet pastāv riski, īpaši informācijas un komunikācijas pratības trūkuma gadījumos (15.5% norāda reti, 2.9% ļoti bieži vai bieži). Aptuveni puse jauniešu regulāri izjūt mentālas veselības traucējumus (28.9% reti, 29.5% ļoti bieži vai bieži), kas norāda uz būtisku nepieciešamību pēc atbalsta, konsultācijām un stresu mazināšanas programmām un vēlreiz apstiprina situācijas nopietnību, un apstiprina jau iepriekš paustās bažas.

Lielākajai daļai jauniešu ir uztraukums par nākotni, kas var saistīties ar ekonomiskiem šķēršļiem, izglītības iespējām un sociālo atbalstu (31% reizēm, 39,9% ļoti bieži vai bieži). Atkarības riski satrauc (23,7% reizēm, 9% ļoti bieži vai bieži) pastāv, bet tie ir salīdzinoši retāk sastopami, taču var pastiprināt citus sociālus un psiholoģiskus izaicinājumus. Lielākajai daļai jauniešu ģimenes drošība un stabilitāte ir nodrošināta, bet neliela daļa piedzīvo būtiskas ģimenes problēmas vai jūtas nedroši ārpus mājas, kas var ietekmēt emocionālo labklājību. 8% ir piedzīvojuši reizēm vardarbību ģimenē, bet 2.7% piedzīvo to ļoti bieži vai bieži.

Ģimenes grūtības (šķiršanās, slimības, zaudējumi) skārušas 20.5% reizēm, 15.4% ļoti bieži vai bieži (57. attēls). Interviju laikā no septiņiem jauniešiem pēdējo gadu laikā 5 ir bijusi situācija, ka ir nomiris kāds no tuviniekiem. Personām ar funkcionāliem traucējumiem tie ir bijuši vecvecāki, bet ir arī kāds no vecākiem un tuvs radnieks. *“Man oma nomira. Viņa man bija kā mamma. Tēvs no mums aizgāja, teiksim tā – viņš par mani nerūpējās, nekad pat neapsveic [iepausē] ne dzimšanas dienā, ne vārda dienā... [klusums]..pat neapsveic...ir dažreiz grūti, sāp.”* (Jaunietis ar intelektuāliem traucējumiem). Uz jautājumu, vai ir saņēmis kādu atbalstu vai ir runājis ar psihologu, teicis, ka nē – tiekot pats galā. Šādi gadījumi tieši šajā jauniešu grupā ir izplatīti un būtu jāpievērš uzmanība psiholoģiskai noturībai, kā arī jāsniedz nepieciešamais atbalsts, lai jaunieši veiksmīgāk tiek šādiem smagiem zaudējumiem pāri.

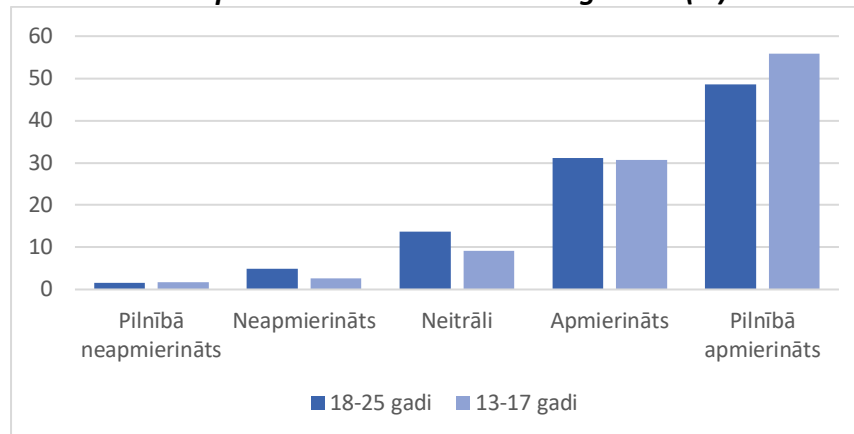
57. attēls. Kas jauniešus satrauc (%)



N=643

Attiecības ģimenē ir viens no būtiskākajiem sociālā kapitāla un ekonomiskās noturības pamatiem. Tās ietekmē jauniešu spēju pārvarēt finanšu un emocionālas grūtības vairākos veidos. Tas ir emocionāls atbalsts, materiāls, sociālais un iespēju, kā arī atbalsts, kas var palīdzēt īpaši grūtās situācijās. Jauniešu apmierinātība ar attiecībām ģimenē kopumā ir vērtējama kā laba, tomēr vecumgrupu salīdzinājums ļauj saskatīt dažas nozīmīgas atšķirības, kas sniedz svarīgu ieskatu arī ekonomiskās noturības izpratnē. gandrīz 80% jauniešu (gan jaunākajā, gan vecākajā grupā) ir apmierināti vai pilnībā apmierināti ar ģimenes attiecībām. Tas liecina par stabilu emocionālo atbalsta vidi, kas ir viens no galvenajiem drošības un noturības faktoriem ekonomiskā nenoteiktībā. 3–17 gadu grupā ir nedaudz lielāka pilnīga apmierinātība (55.9%), kas var būt saistīta ar ciešāku ģimenes piesaisti un lielāku vecāku atbalstu šajā vecumposmā. 18–25 gadu grupā pieaug neitrālo un neapmierināto jauniešu īpatsvars, kas norāda uz pieaugošu neatkarību, spriedzi vai grūtībām pārejā uz patstāvīgu dzīvi. Tas ir dabisks posms, kad jaunieši sāk risināt ekonomiskus jautājumus (darbs, mājoklis, studijas), un ģimenes atbalsta nozīme kļūst vēl būtiskāka (58. attēls). Intervijās ar jauniešiem, kuras audzina bērnus, atklājas, ka ir svarīgs vecāku un vecvecāku atbalsts dažādās situācijās. *“Man jau īsti ienākumu nav. Ir bijis tā, ka vispār nav naudas. (...) Tad es aizbraucu pie mammas un viņa man iedod. Dažreiz man oma uzdāvina naudiņu. Tad es atkal varu kaut ko nopirkt mazajam vai sev.”* (Jauniete bērnu kopšanas atvaļinājumā). Šie dati uzsver, ka ģimenes atbalsta stiprināšana (ar sociālajiem dienestiem, karjeras konsultācijām, jauniešu dzīves prasmju programmām u.c.) var būt nozīmīgs instruments ekonomisko šķēršļu mazināšanā jauniešu vidū.

58. attēls. Apmierinātība ar attiecībām ģimenē (%)



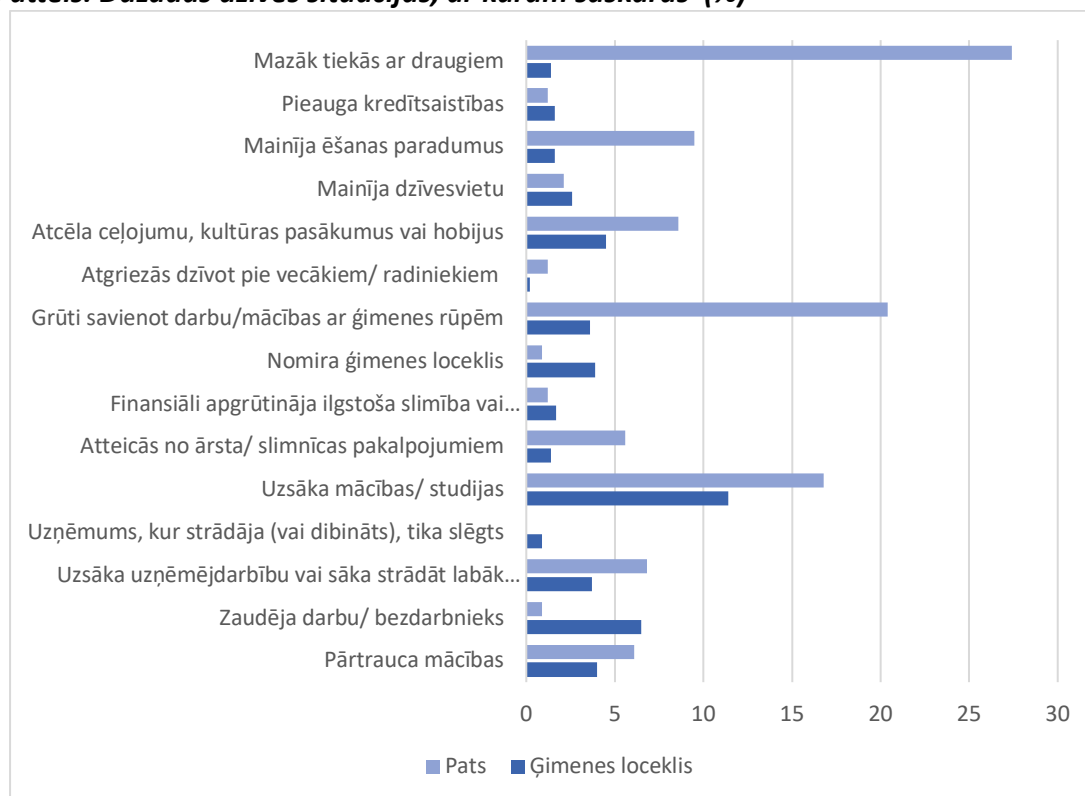
N=643

Lielākajai daļai jauniešu attiecības ar draugiem, kolēģiem un kaimiņiem ir labas. Nepastāv arī būtiskas atšķirības šķērsgrīzumā pēc dzimuma vai dzīvesvietas.

Jautājums, vai pēdējo 6 mēnešu laikā pats vai kāds no ģimenes locekļiem ir piedzīvojis kādu no dažādām dzīves situācijām, ir būtisks jauniešu ekonomisko šķēršļu un sociālās noturības izpētē, jo tas ļauj konstatēt konkrētus dzīves notikumus, kas ietekmē jauniešu finansiālo, emocionālo un sociālo stabilitāti. Tas ne tikai mēra ekonomisko situāciju, bet arī dzīvesveida un attiecību izmaiņas, kas nereti ir ekonomisku grūtību vai nestabilitātes sekas. Ekonomiskā spriedze jauniešu vidū ir jūtama vairākās dzīves jomās — īpaši izglītībā, veselības aprūpē un sociālajās aktivitātēs. Aptuveni katrs desmitais jauniešs ir saskāries ar materiāliem ierobežojumiem (mainījis ēšanas paradumus, atteicies no ārsta, samazinājis brīvā laika

aktivitātes). Sociālā izolācija (“mazāk tiekas ar draugiem” – 27.4%) kļūst par ekonomisko grūtību blakusefektu, kas ilgtermiņā var vājināt jauniešu sociālo kapitālu un līdzdalību. Ekonomiskie šķēršļi jauniešiem izpaužas ne tikai caur ienākumu trūkumu, bet arī caur uzvedības un dzīvesveida izmaiņām (59. attēls). Sociālā un emocionālā izolācija kļūst par jaunu nabadzības aspektu – jaunieši atsakās no aktivitātēm, sabiedrības, veselības aprūpes. Atbalsta politika (piemēram, stipendijas, bezmaksas veselības pakalpojumi, jauniešu centri) var mazināt risku, ka īslaicīga ekonomiska grūtība noved pie izglītības pārtraukšanas vai sociālās atstumtības.

59. attēls. Dažādas dzīves situācijas, ar kurām saskārās (%)

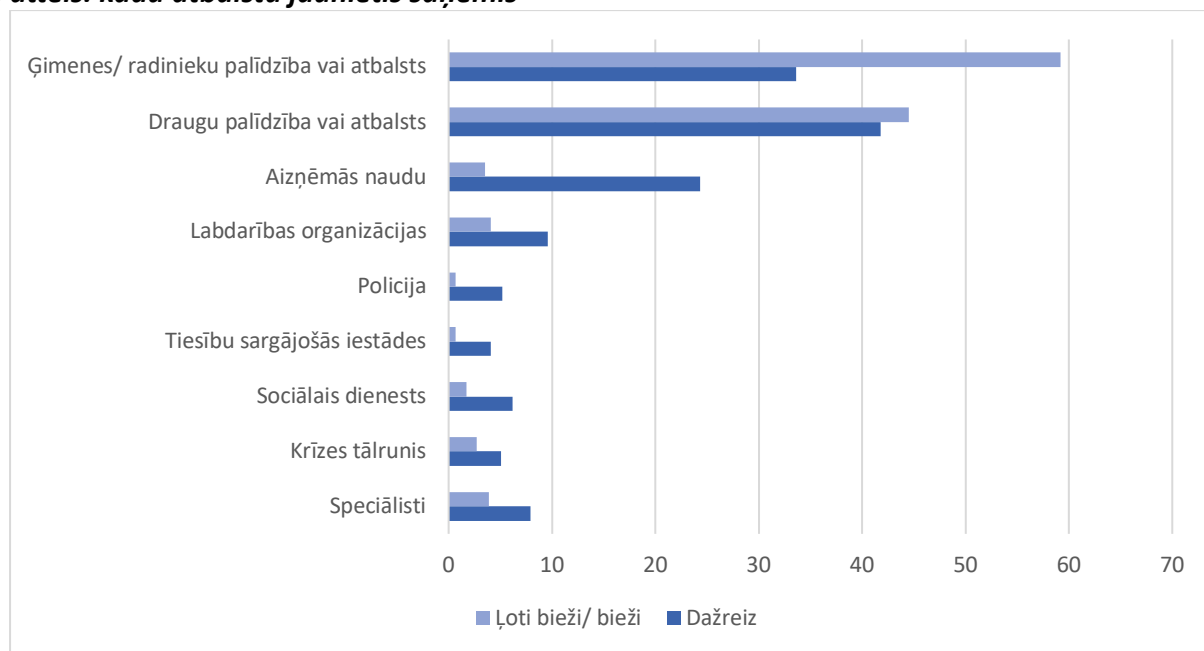


N=643

5.5. Atbalsta pasākumi, sociālie pakalpojumi un sociālie palīdzība

Jautājums par to, kādu atbalstu jaunieši saņēmis, ir cieši saistīts ar jauniešu ekonomiskajiem šķēršļiem, jo tas parāda, uz kādiem resursiem un atbalsta tīkliem jaunieši balstās grūtību situācijās. Citiem vārdiem sakot — tas atklāj kā jaunieši risina ekonomiskas un sociālas problēmas, kad trūkst ienākumu, drošības vai institucionāla atbalsta. Ģimenes un draugu atbalsts (86–93%) ir galvenais resurss, uz kuru jaunieši paļaujas krīzēs. Institucionālais atbalsts (sociālais dienests, labdarība, speciālisti) tiek izmantots ievērojami retāk (zem 15%). Naudas aizņemšanās (27.8%) norāda uz finansiālu trūkumu un nestabilitāti — jaunieši nereti kompensē ienākumu deficītu ar īstermiņa risinājumiem. Rezultāti liecina, ka daudzi jaunieši neizmanto valsts vai pašvaldības atbalsta mehānismus — iespējams, informācijas trūkuma, uzticības vai birokrātijas dēļ; neformālais atbalsts (ģimene, draugi) darbojas kā “sociālais drošības spilvens”, bet tas nav vienlīdz pieejams visiem jauniešiem (īpaši tiem no trūcīgām, vardarbīgām vai disfunkcionālām ģimenēm). Jaunieši, kas aizņemas naudu, atrodas augstākā ekonomiskā riska grupā, jo šī prakse bieži izraisa parādu uzkrāšanos un pastiprina nabadzības risku (60. attēls).

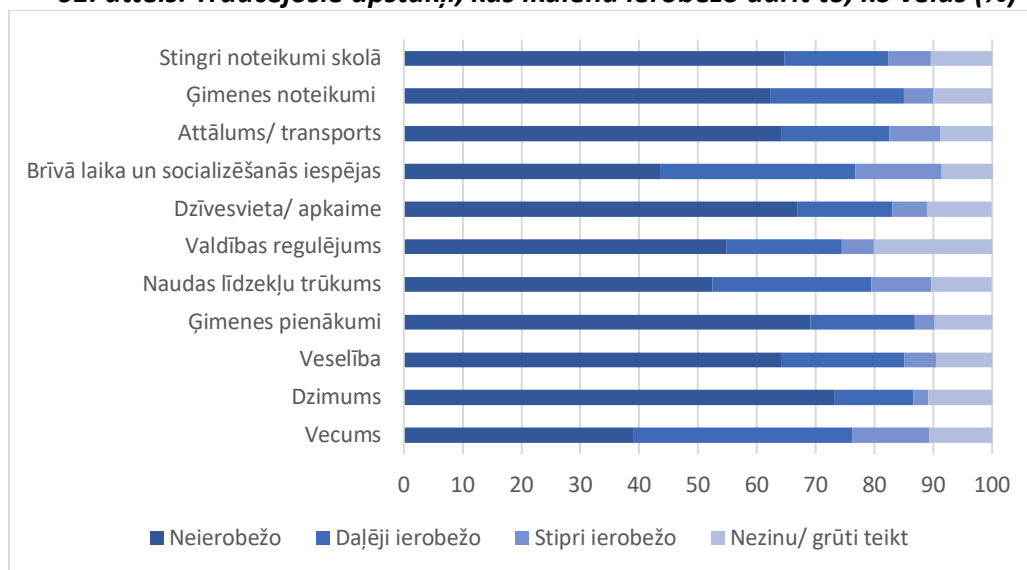
60. attēls. kādu atbalstu jaunieši saņēmis



N=643

Divi jautājumi tika uzdoti, lai noskaidrotu, kādi ir traucējošie apstākļi, kas ikdienā ierobežo darīt to, ko vēlas un cik lielā mērā jauniešu mobilitāte (attālums, pašvaldības transporta, u.c.) ir ierobežota. Viens no noteicošajiem faktoriem ir naudas trūkums: 37.2% jauniešu atzīst, ka finansiālais stāvoklis daļēji vai stipri ierobežo viņu iespējas. Tas var nozīmēt ierobežotu piekļuvi izglītībai vai ārpusskolas aktivitātēm, nespēju iegādāties nepieciešamos resursus (tehnoloģijas, transportu), nespēju piedalīties kultūras, sporta vai sociālos pasākumos. Otrs faktors ir sociālās iespējas un brīvā laika pieejamība. Gandrīz puse jauniešu (47.9%) jūtas, ka viņu brīvā laika un socializēšanās iespējās ir ierobežotas. Šis rādītājs cieši saistīts ar ekonomiskajiem faktoriem — ja nav pietiekamu līdzekļu, brīvā laika aktivitātes un socializēšanās kļūst nepieejamas (kino, ceļošana, pasākumi, interešu izglītība). Dzīvesvieta (attālums) un transports ierobežo 22–27% jauniešu. Jaunieši laukos un piepilsētās biežāk izjūt šķēršļus piekļuvei darbam, izglītībai vai brīvā laika iespējām. Lai gan rādītāji nav tik augsti kā finanšu ierobežojumi, tie norāda uz strukturālu nevienlīdzību, kas biežāk skar jauniešus ārpus pilsētas (61. attēls).

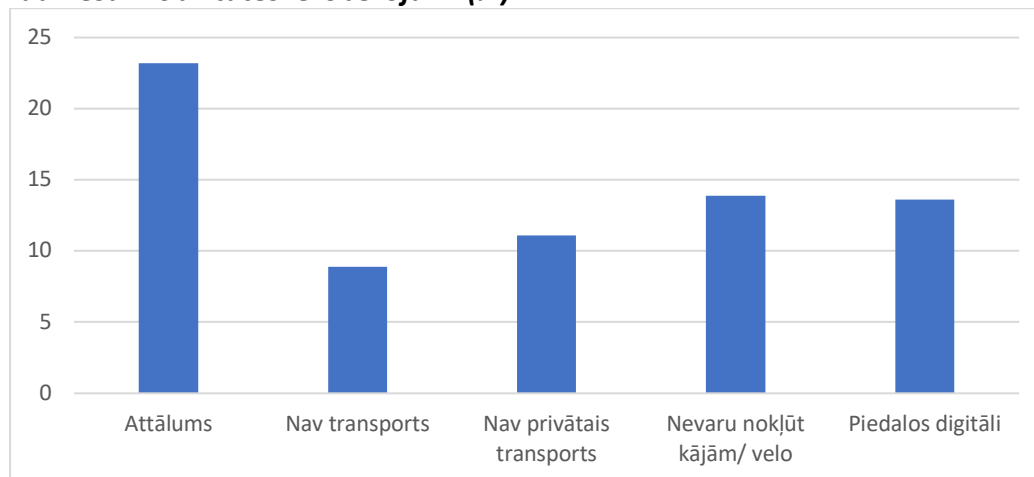
61. attēls. Traucējošie apstākļi, kas ikdienā ierobežo darīt to, ko vēlas (%)



N=643

Vairākos jautājumos dažādos šķēsgriezumos jau ir identificēts attālums, kas ierobežo jauniešu iespējas un ir viens no ekonomiskās līdzdalības priekšnoteikumiem – bez iespējas pārvietoties jaunieši nevar pilnvērtīgi piedalīties nodarbībās, praksē vai apmācībās, strādāt vai meklēt darbu, piedalīties sabiedriskajā un kultūras dzīvē. Rezultāti atspoguļo netiešus ekonomiskus šķēršļus – pārvietošanās izmaksas (biļetes, degviela, uzturēšana) un infrastruktūras pieejamību, kas būtiski ietekmē jauniešu iespējas. Kopumā 20–25% jauniešu uzskata, ka dažādi ar transport saistītie šķēršļi ierobežo viņu līdzdalību, kas ir nozīmīgs signāls nevienlīdzības un mobilitātes trūkumam. Digitālo līdzdalību izmanto 13.6% jauniešu norāda, kas ir pozitīvs indikators, ja tas nozīmē, ka jaunieši izmanto digitālās platformas, lai saglabātu līdzdalību (piem., attālināti mācās vai strādā). Tomēr, šīs iespējas nevar būt par iemeslu fiziskam ierobežojumam nokļūt uz pasākumu vai socializēties. Mobilitātes, transporta ierobežojums rezultātā paaugstina ekonomisko un sociālo izolāciju risku — jaunieši ar sliktāku piekļuvi transportam biežāk izjūt atstumtību un mazākas iespējas pašattīstībai. Risinājums būtu ieguldījumi sabiedriskā transporta pieejamībā, jauniešu mobilitātes programmās un digitālās piekļuves nodrošināšanā (62. attēls).

62. Jauniešu mobilitātes ierobežojumi (%)

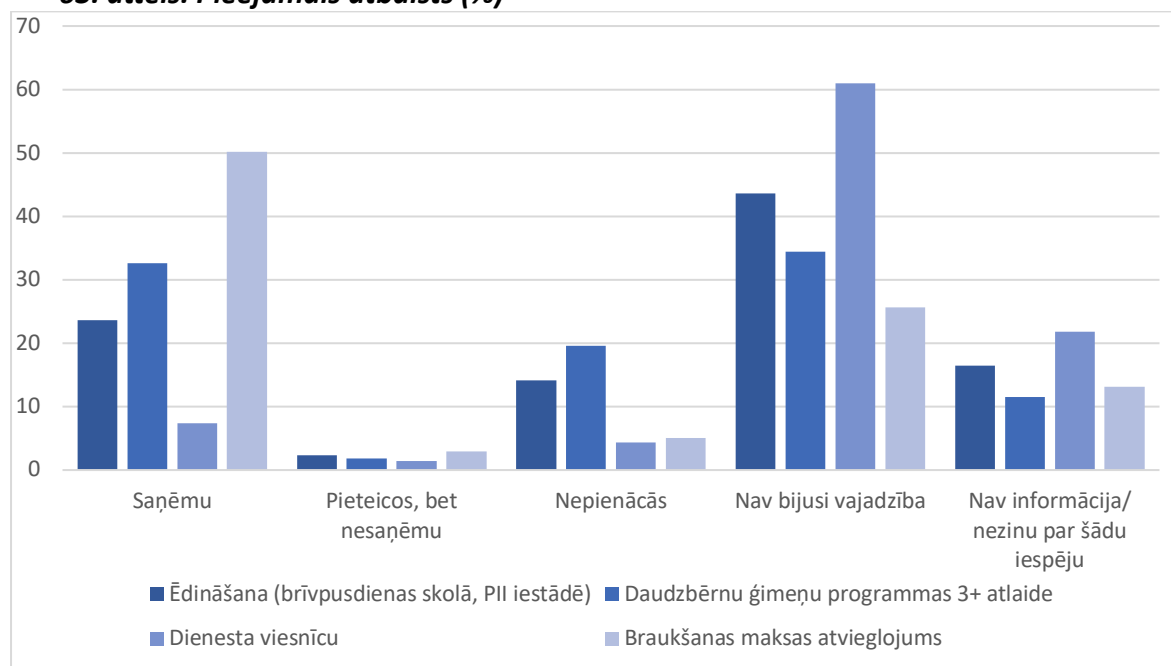


N=643

Lai gan dati atklāj nozīmīgu vajadzību pēc atbalsta un palīdzības jauniešu dzīves kvalitātes uzlabošanai — īpaši iekļaujošas izglītības un līdzdalības veicināšanā jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem, kā arī atbalsta sniegšanā personām pēc ārpusģimenes aprūpes —, tomēr redzams, ka jaunieši ļoti reti izmanto pašvaldības piedāvātos pakalpojumus. Aptaujas rezultāti par to, cik lielā mērā jaunieši izjūt pieejamību vai ieguvumu no dažādiem pakalpojumiem, t.sk., ar izglītību, sociālo pakalpojumu pieejamību, liecina par pastāvošo plaisu starp jauniešu vajadzībām, viņu iesaisti un saskarsmi ar pašvaldības vai valsts nodrošinātiem pakalpojumiem. Rezultāti sniedz būtisku ieskatu par to, kurās jomās atbalsta sistēma darbojas efektīvāk un kurās — pastāv pieejamības plaisa.

Ēdināšanas, daudzbērnu ģimenes un braukšanas atvieglojumus lielākā daļa jauniešu ir saņēmuši (aptuveni no 20-30%), kamēr gandrīz puse jauniešu uzskata, ka nav tāda nepieciešamība, piemēram, ēdināšanai atbalstu saņemt nav bijusi vajadzība 43.6% un daļa uzskata, ka tai nepienākas (14.1%). Zīmīgi, ka aptuveni 34.4% jauniešu nezina par šādu iespēju, kas liecina par informācijas trūkumu, kuriem tas varētu būt aktuāli. Par braukšanas maksas atvieglojumiem nezina 13.1% (63. attēls).

63. attēls. Pieejamais atbalsts (%)

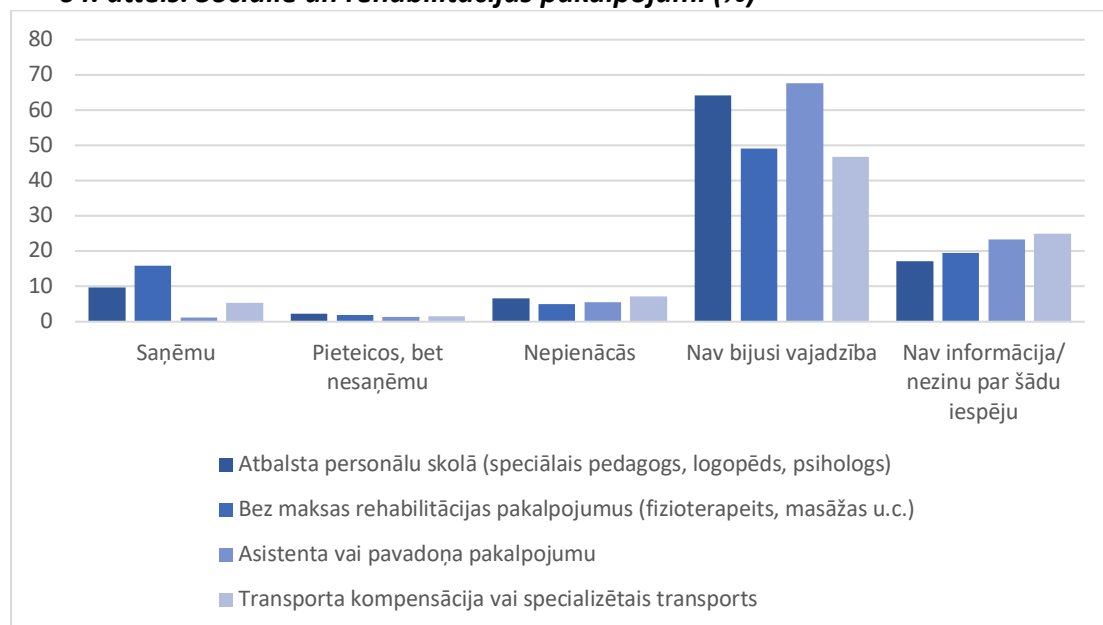


N=643

Pakalpojumi skolā – atbalsta personāls, kā arī bez maksas rehabilitācijas, asistenta un pavadoņa pakalpojumi, kā arī transporta kompensācija vai specializētais transports ir nozīmīgs atbalsts personām ar funkcionāliem traucējumiem. Dati liecina, ka 15.8% ir saņēmuši bez maksas rehabilitācijas pakalpojumus, bet 9.7% - saņēmuši atbalstu no personāla skolā. Lielākā daļa norāda, ka nav bijusi vajadzība (67.7% - asistenta pavadoņa, 64.2% atbalsts skolā, 49.2% – rehabilitācijas un 46.7% - transporta kompensācija). Kopumā tikai neliela daļa jauniešu saņem atbalstu skolā vai rehabilitācijas pakalpojumus. Lielākā daļa respondentu norāda, ka pakalpojumi viņiem nav bijuši nepieciešami. Tomēr daļa no šīs grupas var būt nepietiekami informēta vai neizmanto iespējas, kas norāda uz potenciālu piekļuves plaisu. Transporta kompensācija un asistenta/pavadoņa pakalpojumi ir kritiski iekļaušanai.

Ierobežotā pakalpojumu pieejamība nozīmē, ka jaunieši ar funkcionāliem traucējumiem, kuri patiešām varētu izmantot atbalstu, ir ar augstāku sociālās izstumtības risku (64. attēls).

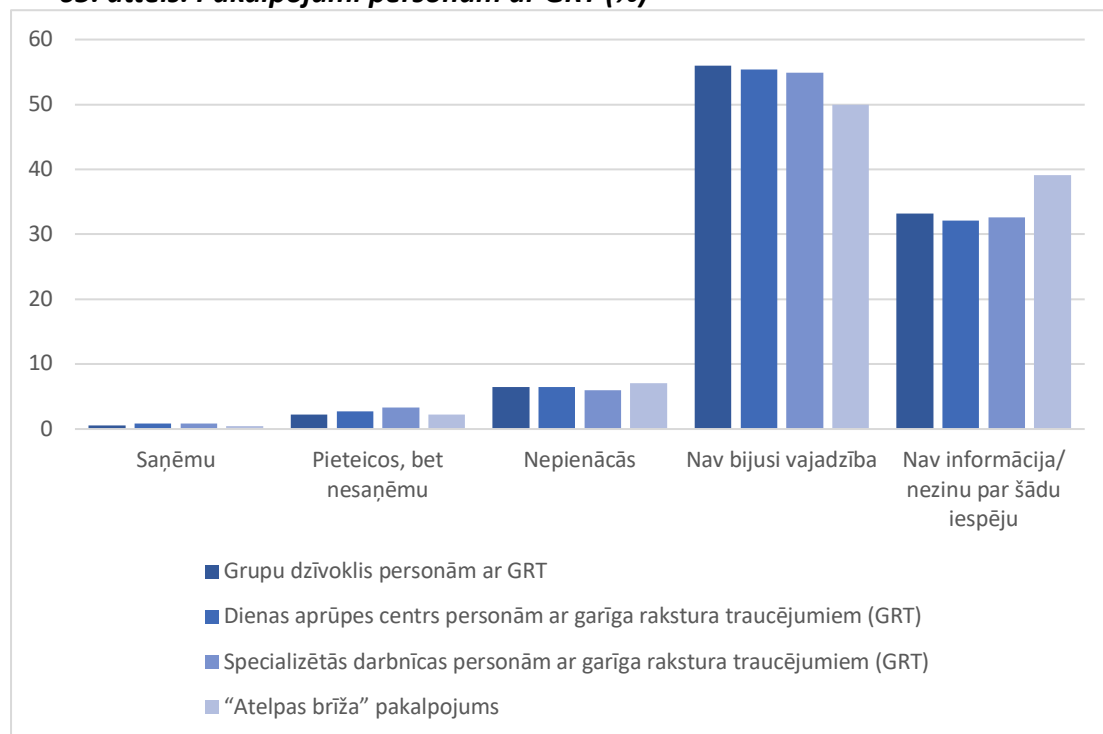
64. attēls. Sociālie un rehabilitācijas pakalpojumi (%)



N=643

Pakalpojumi personām ar GRT izmanto neliela sabiedrības daļa kopumā (līdz 2%), tomēr arī šajā jautājumā jaunieši norāda, ka nav pieejama informācija vai nezina par konkrētiem pakalpojumiem (30-40% jauniešu) (65. attēls).

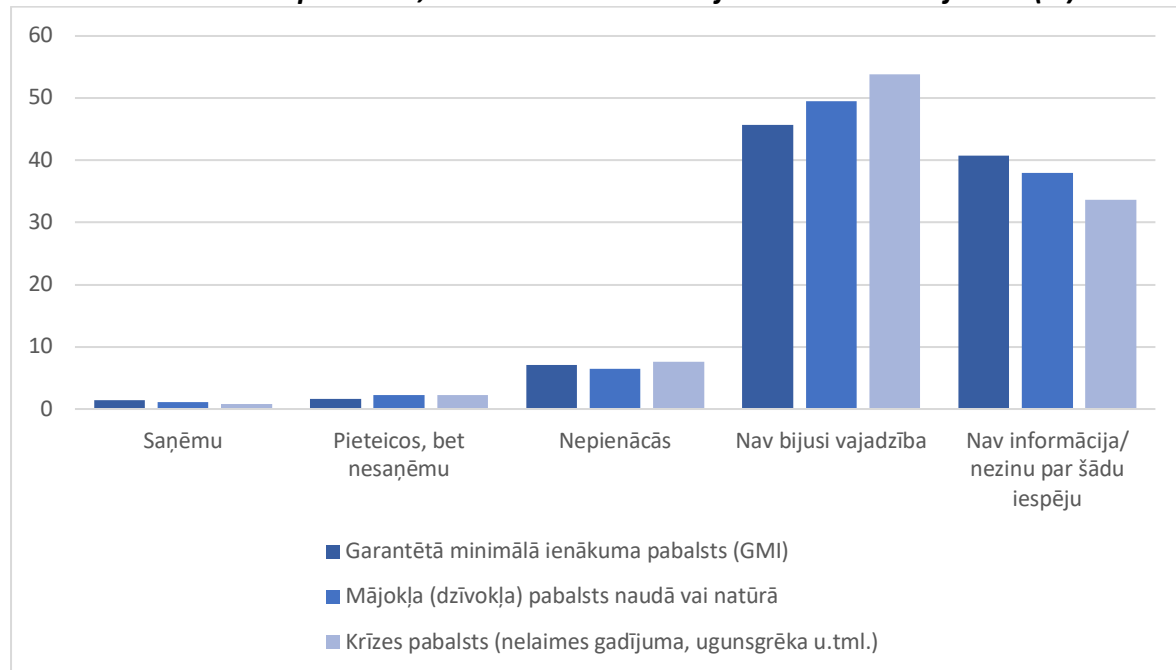
65. attēls. Pakalpojumi personām ar GRT (%)



N=643

Sociālā palīdzība, atbalsts krīzes situācijā un atbalsts mājoklam ir svarīgi, lai jauniešu dzīves kvalitāte uzlabotos, īpaši augstākam ievainojamības riskam pakļautām grupām. Piemēram, tikai 1.1% saņēma mājokla atbalstu, bet lielākā daļa norāda, ka nav bijusi tāda vajadzība (aptuveni 45%-54%), bet informācijas un nezina par šīm atbalsta iespējām 33%-53% jauniešu (66.attēls).

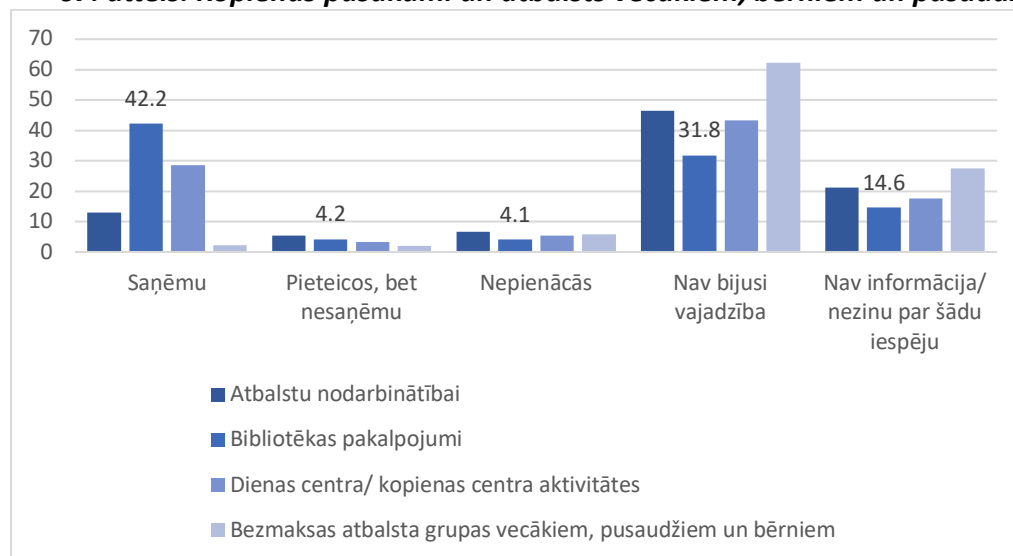
66. attēls. Sociālā palīdzība, atbalsts krīzes situācijā un atbalsts mājoklam (%)



N=643

Lielāka jauniešu daļa izmanto bibliotēkas pakalpojumus (42.2%), kopienas centra aktivitātes (28.6%) un atbalstu nodarbinātībai 13%. Arī šajā jautājumā jaunieši norāda, ka nav informēti par sniegtajiem pakalpojumiem (14-27%) (67. attēls).

67. attēls. Kopienas pasākumi un atbalsts vecākiem, bērniem un pusaudžiem (%)

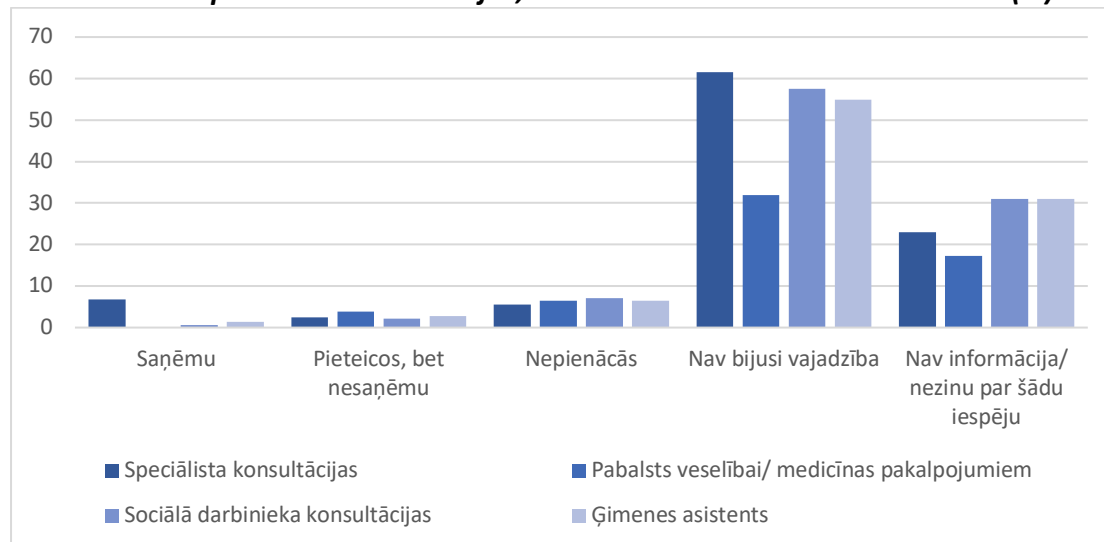


N=643

Dažādu speciālistu konsultācijas saņēma 6.8%, kamēr pabalsts veselībai, ģimenes asistents un sociālā darbinieka konsultācijas saņēma mazāk nekā 1% jauniešu (68. attēls).

Nemot vērā iepriekš minēto – par to, cik liela daļa saskarās ar veselības problēmām un dažādām grūtībām, pakalpojumi būtu nozīmīgs atbalsts dažādās situācijās. Tomēr dati liecina, ka pastāv plaisa starp pakalpojumu pieejamību, pieprasījumu pēc pakalpojumiem un reālo saņēmēju skaitu. Jaunieši arī šajā jautājumā norāda, ka informācija par iespējām ir ierobežota.

68. attēls. Speciālistu konsultācijas, sociālais darbs un atbalsts veselībai (%)



N=643

Lai gan pastāv institucionālie atbalsta mehānismi, **praktiskā pieejamība un informētība par tiem ir ierobežota**, radot reālu plaisu starp iespējamiem resursiem un to izmantošanu jauniešu vidū. Šī situācija var tieši ietekmēt **izglītības pieejamību, sociālo iesaisti un patstāvību**, īpaši jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem. Nepieciešams **informēt, motivēt un pielāgot pakalpojumus**, lai tie sasniegtu tos jauniešus, kuriem tie patiešām ir nepieciešami.

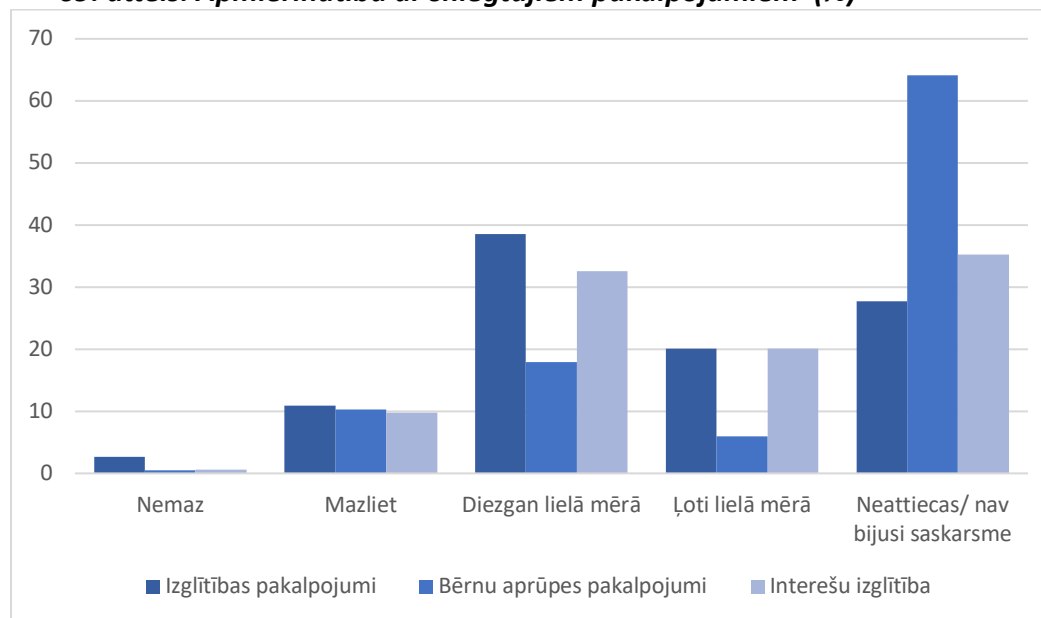
Nemot vērā jauniešu vajadzības, pakalpojumu izmantošana ir ļoti ierobežota — tikai neliela daļa jauniešu saņem atbalstu skolā vai rehabilitācijas pakalpojumus. Lielākā daļa respondentu norāda, ka pakalpojumi viņiem nav bijuši nepieciešami. Tomēr daļa no šīs grupas var būt nepietiekami informēta vai neizmanto iespējas, kas norāda uz potenciālu informētības un vajadzību apzināšanās plaisu. Ierobežotā pakalpojumu pieejamība nozīmē, ka jaunieši, īpaši jaunieši ar funkcionāliem traucējumiem, ir augstākam sociālam un atstumtības riskam pakļautā grupa, kas var ietekmēt viņu neatkarību un patstāvību, piekļuvi iekļaujošai izglītībai (vispārējās izglītības iestādēs), sociālai līdzdalībai un patstāvības veicināšanai, jo pakalpojumi ir būtiski gan izglītības, nodarbinātības un līdzdalībai sabiedriskajos procesos. Lai veiksmīgāk atbalstītu dažādas grupas ar ierobežotām iespējām, nepieciešams informēt, motivēt un pielāgot pakalpojumus, lai tie sasniegtu tos jauniešus, kuriem tie patiešām ir nepieciešami.

Analizējot jauniešu apmierinātību ar pakalpojumiem, jāņem vērā, ka viņu viedoklis ne vienmēr balstās personīgajā pieredzē. Tomēr tas var kalpot kā nozīmīgs indikators par vispārējo sabiedrisko noskaņojumu, kā arī par ģimenē un apkārtējā vidē veidoto priekšstatu par šo pakalpojumu kvalitāti un pieejamību. Vairāk kā puse (58.7%) jauniešu norāda, ka ir apmierināti ar izglītības pakalpojumiem *diezgan lielā vai ļoti lielā mērā*. Tas liecina, ka izglītības sistēma (skola, profesionālā vai augstākā izglītība) jauniešiem ir vispieejamākā un visvairāk izmantotā valsts nodrošinātā joma. Tomēr 27.7% atzīst, ka viņiem nav bijusi saskarsme ar šiem pakalpojumiem, kas varētu ietvert jauniešus, kas šobrīd nemācās vai nav izglītības sistēmā, t.sk., daļēji iekļaut, piemēram, NEET grupu — *kas nemācās, nestrādā un nav aktīvi*). Izglītības pieejamība ir salīdzinoši laba, taču pastāv risks, ka daļa jauniešu ir *izkrituši* no sistēmas.

Saistībā ar aprūpes pakalpojumu pieejamību, 64.1% jauniešu norāda, ka šie pakalpojumi uz viņiem neattiecas, kas ir likumsakarīgi, jo lielākā daļa jauniešu vēl nav vecāku lomā. Tikai 23,9% izjutuši šo pakalpojumu nozīmi — iespējams, tie ir jaunieši ar bērniem vai jaunieši, kuru ģimenē ir mazāki bērni. Šī joma pašlaik neietekmē lielāko daļu jauniešu kopējo dzīves kvalitāti, bet ir būtiska konkrētām grupām (piemēram, jaunajām māmiņām vai aprūpētājiem). Intervijās jaunās māmiņas ar zemu izglītības līmeni norāda, ka vēl pašas rūpējās ikdienā par saviem bērniem, bet noteikti izmantos pakalpojumus. *“Es nepabeidzu vidusskolu. Man gribētos atkal pamācīties. Tikai es nezinu vēl īsti, ko es gribu.”* (Jaunā māmiņa bērnu kopšanas atvaļinājumā. *“Mans bērns iet dārziņā. Tur ir labi. Uzreiz pieteicāties un dabūju vietu. Man ir jau trīs bērni, tādēļ arī tiku dārziņā.”* (Jaunā māmiņa bērnu kopšanas atvaļinājumā). Jaunie vecāki ilgstošu laika posmu atrodoties ārpus darba tirgus un ar zemu izglītības līmeni ir augstam sociālās izolācijas un izstumtības riskam pakļautā grupa. Ilgstoša atrašanās bez darba samazina ne tikai ienākumus, bet arī sociālās prasmes, pašapziņu un profesionālās zināšanas, kas savukārt apgrūtina atgriešanos darba tirgū pat tad, ja bērnu aprūpes pakalpojumi ir pieejami. Šai grupai īpaši nozīmīgs ir ģimenes asistenta atbalsts, kas palīdz uzturēt saikni ar sabiedrību, informē par pieejamajiem resursiem un veicina vecāku prasmju attīstību. Salīdzinot individuālos gadījumus, redzams, ka informētība un sociālo pakalpojumu pieejamība būtiski ietekmē jaunā vecāka situāciju - māmiņa, kurai bija pieejami sociālie pakalpojumi, norādīja uz apmierinātību ar sniegto palīdzību, tostarp iespēju uzzināt par resursiem un saņemt emocionālu un praktisku atbalstu. Savukārt māmiņa, kas nebija sociālā dienesta uzraudzībā, nebija informēta par pieejamiem pabalstiem, nodarbinātības un sociālajiem pakalpojumiem, kas varētu palīdzēt apgūt jaunas prasmes un uzlabot viņas situāciju. Šī atšķirība parāda, ka informācijas trūkums un ierobežota piekļuve sociālajam atbalstam var būt nozīmīgs šķērslis jauno vecāku iekļaušanai darba tirgū un sabiedrībā kopumā.

Aptaujā 52,7% jauniešu norāda, ka ir *ļoti lielā mērā un lielā mērā* apmierināti ar interešu izglītību (pulciņi, jauniešu centri, kultūras nodarbības u.tml.). Tomēr 35.3% norāda, ka nav bijusi saskarsme ar šādiem pakalpojumiem, kas liecina par nevienlīdzīgu piekļuvi šai jomai – īpaši lauku apvidū dzīvojošiem vai jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem (69. attēls).

69. attēls. Apmierinātība ar sniegtajiem pakalpojumiem (%)



N=643

Kopumā rezultāti atklāj, ka formālās izglītības sistēma joprojām ir galvenais resurss jauniešu attīstībai. Neformālās izglītības iespējas (interesešu izglītība) spēlē nozīmīgu lomu jauniešu sociālajā iekļaušanā, bet ir nevienlīdzīgi pieejamas. Atbalsta un aprūpes pakalpojumi lielākajai daļai jauniešu vēl nav aktuāli, tomēr tie ir vitāli nozīmīgi īpašām mērķa grupām, piemēram, jaunajiem vecākiem vai jauniešiem ar ģimenes pienākumiem. Novērtēt apmierinātību ar pakalpojumiem, kurus pēc būtības jaunieši neizmanto ir grūti, kādēļ padziļināti dati tālākā analizē nav iekļauti.

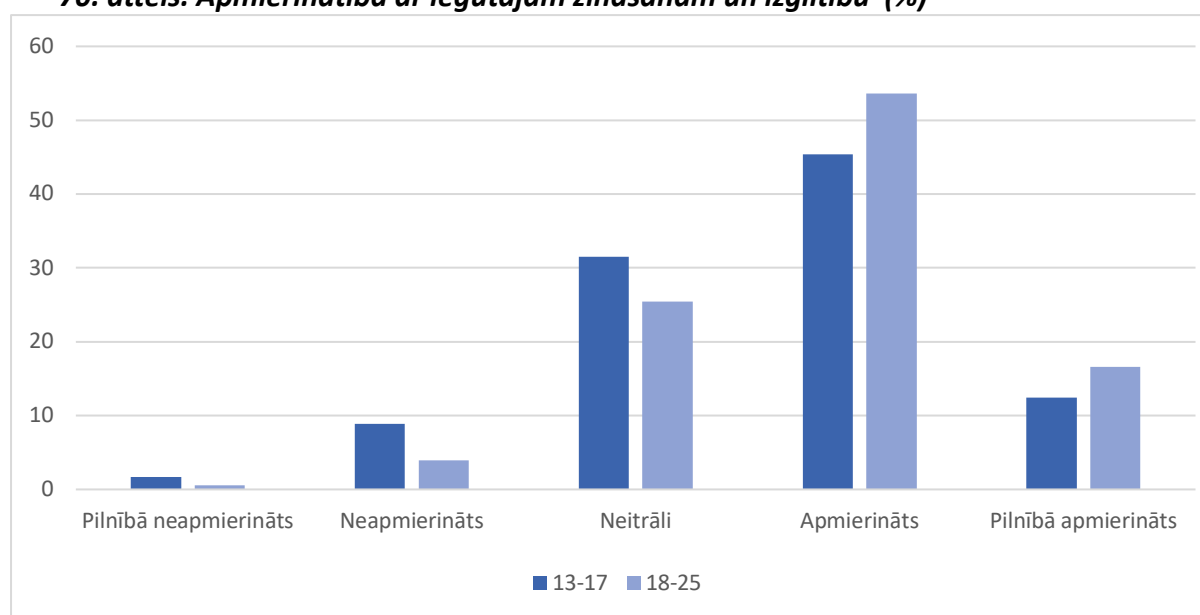
Formālā izglītība joprojām ir galvenais resurss jauniešu attīstībā. Neformālās iespējas spēlē nozīmīgu lomu sociālajā iekļaušanā, bet pieejamība ir nevienlīdzīga. Atbalsta un aprūpes pakalpojumi lielākajai daļai jauniešu vēl nav aktuāli, tomēr tie ir vitāli nozīmīgi konkrētām mērķgrupām, piemēram, jaunajiem vecākiem vai jauniešiem ar ģimenes pienākumiem. Nepietiekama informētība un praktiskie šķēršļi rada reālu plaisu starp pieejamajiem resursiem un to izmantošanu.

Apmierinātība ar iegūtajām zināšanām un izglītību ir būtiska, lai saprastu motivējošos faktorus, kas ietekmē jauniešu izvēles par labu tālākās izglītības iespējām. Lielākā daļa jauniešu (53.6%) ir apmierināti ar konkrēto jautājumu (piemēram, dzīves kvalitāti, pakalpojumu pieejamību vai citu aspektu), savukārt 16.6% ir pilnībā apmierināti. Kopā tas nozīmē, ka apmierinātības līmenis sasniedz 70.2%, kas norāda uz augstu apmierinātības līmeni ar iegūtajām zināšanām un izglītību. Tajā pašā laikā 25.4% jauniešu ir neitrāli, ja līdzīgi, kā iepriekšējā jautājumā, norāda uz situāciju, ka šie jaunieši var būt izkrituši no izglītības

sistēmas vai šobrīd strādā. Gadījuma analīze par jauniešu, kas ir ārpusģimenes aprūpē, liecina, ka iegūtā izglītība tālmācībā tālāk jāva iestāties profesionālā tehnikumā, kur izvēlas apgūt profesiju jaunieši ar funkcionāliem traucējumiem. Šādu iespēju jaunieši izvēlējas, jo kāda no viņas draudzenēm tur bija jau iestājusies. Ir ārkārtīgi grūti panākt, lai jaunieši, kas atrodas sociālās aprūpes iestādē (ārpus ģimenes aprūpē) savas izvēles izdara par labu kvalitatīvākai izglītībai. *“Viņai nav nekādu traucējumu. Viņa vienkārši saka, ka “Man to nevajag.” [izglītību] Mēs sadarbojamies ar sociālo dienestu, domājam. Bet viņa negrib. Izvēlas vieglāko ceļu. Aiziet līdz draugam.” (Intervija ar SAC iestādes darbinieks).* Ir arī pozitīvi gadījumi, kad jaunieši zina, ko vēlas, dara visu, lai attīstītos, iegūtu zināšanas un prasmes.

Salīdzinoši neliela daļa - 3.9% ir neapmierināti un 0.6% pilnībā neapmierināti, kas liecina, ka jauniešiem nav nopietnu problēmu vai negatīvas pieredzes izglītības ieguvē (70.attēls). Dati pēc dzimuma un dzīvesvietas būtiski neatšķiras sadalījumā.

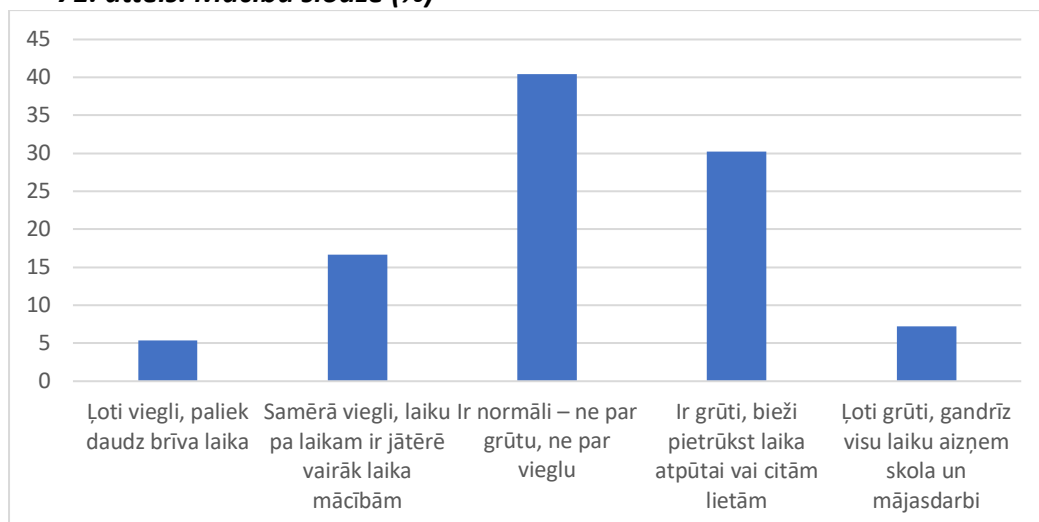
70. attēls. Apmierinātība ar iegūtajām zināšanām un izglītību (%)



N=643

Lielākai daļai jauniešu (40.4%) mācību slodze ir atbilstoša. Tomēr aptuveni 37.4% saskaras ar grūtībām un laika trūkumu, kas var radīt stresu un ietekmēt labsajūtu. Salīdzinoši neliela daļa (22.1%) uzskata mācības par vieglām, kas liecina, ka lielākajai daļai jauniešu mācību slodze prasa ievērojamu piepūli. Kopumā dati norāda, ka mācību slodze lielākajai daļai jauniešu ir atbilstoša, bet nozīmīga daļa joprojām izjūt grūtības, kas var ietekmēt gan izglītības rezultātus, gan personīgo dzīves kvalitāti (71. attēls).

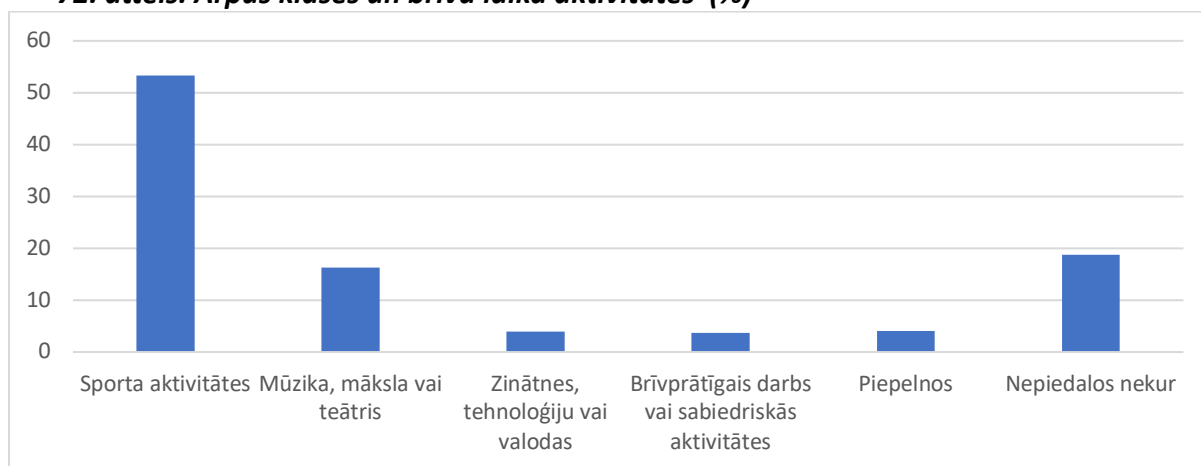
71. attēls. Mācību slodze (%)



N=460

Jaunieši ir aktīvi un iesaistās dažādās ārpus klases un brīvā laika aktivitātēs. Lielākā daļa (53.3%) jauniešu regulāri iesaistās sporta aktivitātēs, kas norāda uz fiziskās veselības un sociālās mijiedarbības nozīmi. 16.3% nodarbojas ar mūziku, mākslu vai teātri, kas liecina par radošās pašizpaušmes iespēju izmantošanu. Salīdzinoši neliela daļa - 3.9% nodarbojas ar zinātnes, tehnoloģiju vai valodu apguvi, kas ir salīdzinoši neliela daļa un var norādīt uz ierobežotu piekļuvi šīm izglītības vai attīstības programmām. 3.7% veic brīvprātīgo darbu vai sabiedriskās aktivitātes, kas ir neliela daļā, ņemot vērā pilsoniskās līdzdalības nozīmi. 4.1% strādā, lai gūtu papildus ienākumus, bet 18.7% jauniešu nepiedalās nevienā no minētajām aktivitātēm, kas var norādīt uz brīvā laika trūkumu, motivācijas vai resursu ierobežojumiem. Nepieciešama papildu motivācija, informācija un pieejamība, lai nodrošinātu līdzvērtīgas iespējas visiem jauniešiem iesaistīties dažādās aktivitātēs.

72. attēls. Ārpus klases un brīvā laika aktivitātēs (%)



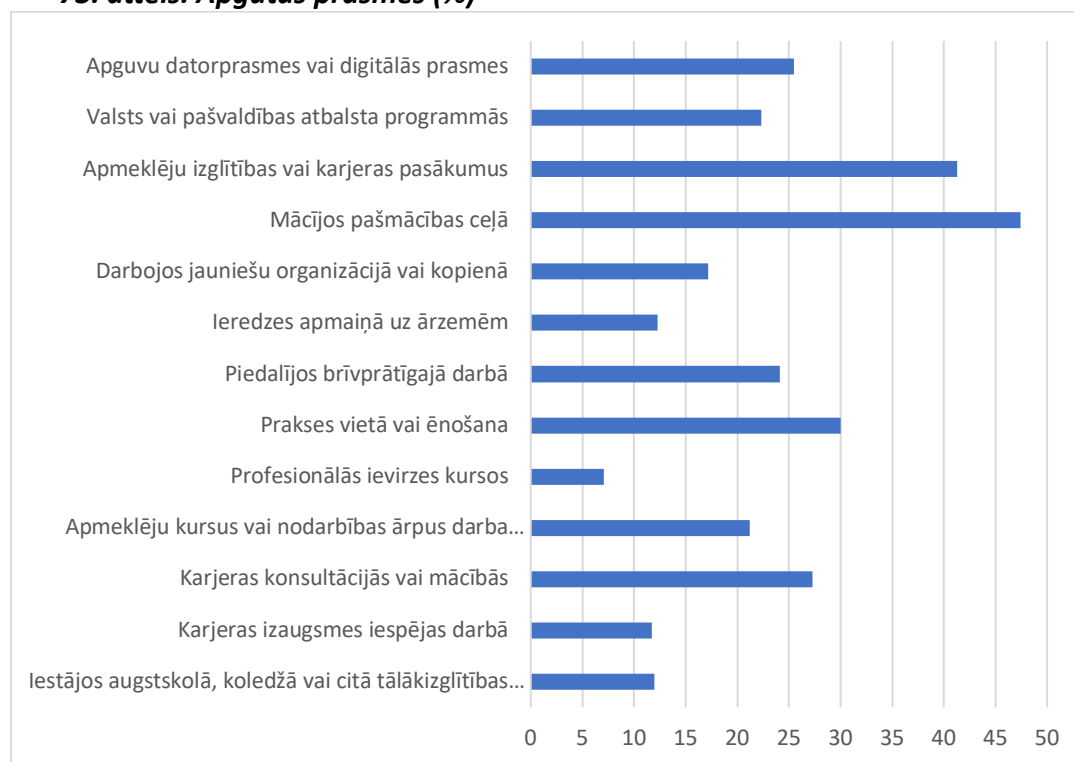
N=643

Lielākā daļa jauniešu ir aktīvi - iesaistās sportā, kas ir pozitīvi gan veselības, gan sociālās iekļaušanas aspektā. Radošās un attīstības aktivitātes tiek izmantotas mazāk, īpaši specializētās jomās (zinātne, tehnoloģijas, valodas). Aptuveni **1/5 jauniešu** nav iesaistīti nekādās aktivitātēs, kas var radīt risku sociālajai izolācijai un ierobežot personīgo attīstību.

Divi jautājumi ir saistīti ar iespējamo nodarbošanos un potenciālām pašizpaušmes iespējām. Vispirms tika uzdots jautājums, lai noskaidrotu, kādas iespējas jaunieši ir izmantojuši, lai uzlabotu savas personīgās prasmes vai iegūtu labāku darbu. Karjeras un profesionālās attīstības iespējas ir izmantojuši 27.3%, kas piedalījušies karjeras konsultācijās vai mācībās, 21.2% apmeklējuši kursus vai nodarbības ārpus darba vietas/skolas un 7.1% profesionālās ievirzesursos. Viena trešdaļa (30%) jauniešu ir bijuši prakses vietās vai ēnošanā. Praktiskā pieredze un apmācības uzlabo jauniešu nodarbinātības izredzes un potenciālo ienākumu līmeni. Daļa ir (12%) iestājušies augstskolā, koledžā vai citā tālākizglītības programmā, bet 11.7% izmantojuši karjeras izaugsmes iespējas darbā. Ceturtā daļa (24.1%) ir piedalījušies brīvprātīgajā darbā, bet 17.2% darbojušies jauniešu organizācijās vai kopienās. Līdzdalība veicina attiecību veidošanu un prasmes, kas ilgtermiņā var ietekmēt ekonomiskās iespējas. Starptautiskās un pašmācības iespējas ir bijušas pieejamas 12.3% - pieredze apmaiņas programmās uz ārzemēm. Gandrīz puse jauniešu (47.4%) mācījušies pašmācības ceļā, bet 41.3% apmeklējuši izglītības vai karjeras pasākumus. Pašmācība un pasākumos piedalīšanās ļauj jauniešiem attīstīt prasmes un zināšanas, kas tieši uzlabo konkurētspēju darba tirgū.

Ceturtā daļa 25.5% jauniešu ir apguvuši dator prasmes vai digitālās prasmes, bet 22.3% izmantojuši valsts vai pašvaldības atbalsta programmas. Digitālo prasmju attīstība palielina iespējas augsti atalgotā darba tirgū, bet zems atbalsta programmu izmantošanas līmenis var ierobežot ekonomisko mobilitāti (73. attēls).

73. attēls. Apgūtās prasmes (%)



N=643

Analīze par jauniešu vēlmēm apgūt prasmes, lai nākotnē uzlabotu savas izredzes iegūt labāku darbu vai atalgojumu, lielākā daļa jauniešu (57.2%) norāda, ka vēlas uzlabot valodu zināšanas. Tas liecina par augstu apziņu, ka valodu prasmes palielina konkurētspēju darba tirgū un iespējas strādāt starptautiskā mērogā vai doties strādāt uz ārzemēm. Jaunieši vēlas attīstīt

mākslinieciskās un radošās prasmes – 37.3%. Šīs prasmes var veicināt gan personīgo izaugsmi, gan iespējas radošajās profesijās.

Augsta interese ir apgūt arī komunikācijas un pārrunu prasmes – 31.9%, kas liecina, ka jaunieši apzinās efektīvu saziņu un pārrunu prasmes kā būtisku karjeras panākumiem. Jaunieši vēlas uzlabot savas digitālās (31%) un uzņēmējdarbības (28.8%) kompetences, jo šīs ir nozīmīgas mūsdienu darba tirgū un nepieciešamas. Programmēšanu un IT prasmes vēlas apgūt 24.8%, bet veselības aprūpes un sociālo pakalpojumu prasmes – 22.7%. Projektu vadība un organizatoriskās prasmes – 22.3%, bet pārdošana un klientu apkalpošana – 20.2% jauniešu vēlas apgūt. Nedaudz mazāka daļa (19.4%) vēlas apgūt tehniskās un 11.9% jauniešu vēlas apgūt lauksaimniecības prasmes (74. attēls)

74. attēls. Vēlme apgūt nākotnē



N=643

Kopsavilkums:

Ekonomiskie šķēršļi būtiski ietekmē jauniešu spēju nodrošināt pamatvajadzības, sociālo līdzdalību un emocionālo labklājību. Īpaši ievainojami ir jaunieši ārpusģimenes aprūpē un jaunie vecāki – daudziem trūkst finanšu prasmes, izpratnes par naudas vērtību un prasmju patstāvīgi pārvaldīt līdzekļus pēc aprūpes izbeigšanās. Kopumā jauniešu pakalpojumu izmantošana ir zema, un tas norāda ne tikai uz objektīviem pieejamības ierobežojumiem, bet arī uz nepietiekamu informētību un vajadzību apzināšanos. Lai gan lielākā daļa jauniešu uzskata, ka pakalpojumi viņiem nav bijuši nepieciešami, pastāv risks, ka daļa vienkārši nezina par pieejamajām iespējām vai nespēj tās izmantot. Tas īpaši attiecas uz jauniešiem ar funkcionāliem traucējumiem un jaunajiem vecākiem ar zemu izglītības līmeni, kuriem sociālo pakalpojumu atbalsts būtu izšķirošs, lai mazinātu izolācijas un sociālās atstumtības risku.

Lielākajai daļai jauniešu pietiek līdzekļu pamatvajadzībām, tomēr nelielai daļai regulāri trūkst naudas pārtikai. Biežāk finansiālie ierobežojumi ietekmē sociālo un kultūras dzīvi un socializēšanos. Tas liecina, ka ekonomiskie šķēršļi biežāk skar jauniešu sociālo līdzdalību un brīvā laika iespējas, nevis pamatvajadzību apmierināšanu.

Attiecības ģimenē ir viens no galvenajiem drošības un atbalsta avotiem.

Ekonomiskā spriedze bieži izpaužas arī kā mācību grūtības, mentāls stress un trauksme par nākotni. Gandrīz puse jauniešu regulāri izjūt mentālas veselības problēmas, bieži uztraucās par nākotnes nenoteiktību. Daļa jauniešu saskaras ar vardarbību ģimenē vai tuvinieku zaudējumu, bet nesaņem emocionālu atbalstu. Lielākā daļa jauniešu ir aktīvi - iesaistās sportā. Radošās un attīstības aktivitātes tiek izmantotas mazāk, īpaši specializētās jomās (zinātne, tehnoloģijas, valodas). Izglītības sistēmas pieejamība ir galvenais resurss jauniešu attīstībai. Neformālās izglītības iespējas (interesu izglītība) spēlē nozīmīgu lomu jauniešu sociālajā iekļaušanā, bet ir nevienlīdzīgi pieejamas.

Psihoemocionālais atbalsts:

- Ieviest **emocionālās labsajūtas programmas skolās un jauniešu centros** – grupu nodarbības, mentālo prasmju treniņus, diskusiju klubus.
- Veidot **“drošās telpas” jauniešiem** (piemēram, Jauniešu resursu centru, Jauniešu centros), kur viņi var saņemt konsultācijas, atbalstu un neformāli socializēties.
- Nodrošināt **krīzes atbalsta līniju** vai sadarbību ar esošajām, īpaši izglītības un sociālajos tīklos, aktīvi informēt par iespējām

Finansiālais un praktiskais atbalsts:

- Ieviest **mērķētus atbalsta pabalstus jauniešiem krīzes situācijā** (piemēram, pēc mācību pārtraukšanas vai darba zaudēšanas).
- Veidot **mentoru programmas jauniešiem**, kas palīdz pārvarēt pārejas periodus – atrast darbu, saprast budžeta plānošanu, apgūt finanšu pratību.
- Nodrošināt **bezmaksas vai subsidētas ēdināšanas iespējas** jauniešiem ar zemiem ienākumiem.
- Stiprināt **atbalstu ģimenēm ar grūtībās nonākušiem jauniešiem**, veidojot sadarbības tīklu starp sociālo dienestu, skolu un veselības aprūpes iestādēm, drošības iestādēm.

Atbalsts izglītības ieguvē un mācību atbalsts

Izglītības pārtraukšanas gadījumos:

- Izveidot **“atgriešanās izglītībā” programmas**, kas palīdz jauniešiem atsākt mācības pēc pārtraukuma.
- Piedāvāt stipendijas un apmaksāt studiju ieguvu mazaizsargāto jauniešu grupām
- Nodrošināt **elastīgākas mācību iespējas** (piem., vakara vai attālinātās programmas), lai apvienotu darbu un studijas.

Paplašināt zināšanas un praktiskās iemaņas:

- Izveidot **bezmaksas vai subsidētas apmācības programmas** sadarbībā ar pašvaldību (kā darba devēju), uzņēmumiem, un augstskolām.
- Attīstīt **digitālo laboratoriju (“TechHub”)** pašvaldības jauniešu centros, kur jaunieši var apgūt programmēšanas pamatus, kiberdrošību un datu analīzi.
- Piedāvāt **vasaras IT, digitālā mārketinga un valodu apgūšanas nometnes un hakatonus**, lai veicinātu praktisku mācīšanos un sadarbību starp jauniešiem.
- Organizēt **praktiskus kursus par digitālā mārketinga stratēģiju, satura veidošanu un reklāmu sociālajos tīklos**.
- Izveidot **mentoru tīklu** ar profesionāļiem no reklāmas un komunikācijas jomas.
- Nodrošināt **bezmaksas vai līdzfinansētas svešvalodu apmācības programmas** (angļu, vācu, skandināvu valodas u.c.).
- Veicināt **sarunvalodu klubiņus** (ar Erasmus studentiem, brīvprātīgajiem).
- Piedāvāt **karjeras konsultācijas un prakses vietas** vietējos uzņēmumos, lai veicinātu darba un mācību līdzsvaru.

Līdzdalības paaugstināšana – prezentēšanas, runas prasmju uzlabošana:

- Piedāvāt **mikrostipendijas jauniešu radošajiem projektiem** un kultūras iniciatīvām.
- Veicināt **jauniešu dalību kultūras pasākumu organizēšanā**, apvienojot radošumu ar praktiskām prasmēm.
- Organizēt **debatēšanas klubus un diskusiju vakarus** jauniešu centros.
- Nodrošināt **praktiskas pieredzes iespējas** (moderēšana pasākumos, vadīšana semināros, interviju veidošana).

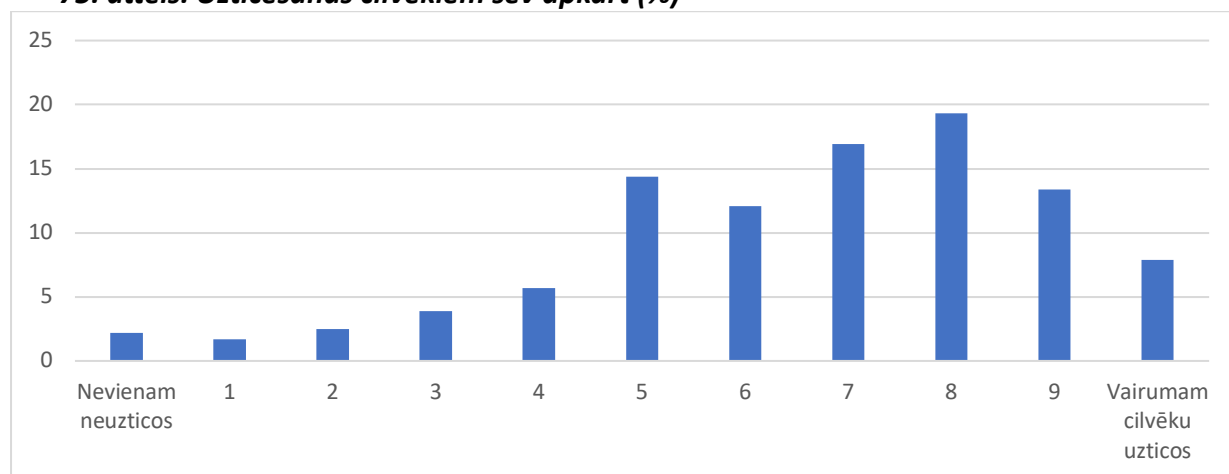
5. Pilsoniskā līdzdalība

Iepriekšējās nodaļās tika analizēti faktori, kas kavē pilsonisko līdzdalību — piemēram, transporta trūkums, informācijas nepietiekamība, sociālie vai ekonomiskie šķēršļi — ierobežo jauniešu iespēju aktīvi piedalīties un ietekmēt savas dzīves apstākļus. Šajā nodaļā tiks analizēti pilsoniskā līdzdalība, kas ne tikai sniedz jauniešiem ar ierobežotām iespējām izteikties, bet arī veicina uzticēšanos, sociālo iekļaušanu un spēju ietekmēt savu dzīvi.

Jaunieši, kuri redz, ka viņu viedoklis tiek ņemts vērā, jūtas drošāk un motivētāki iesaistīties sabiedrībā. Uzticēšanās veicina arī labvēlīgāku vidi sociālai iekļaušanai un samazina izolācijas risku. Savukārt, iesaistīšanās lēmumu pieņemšanā, jauniešu organizācijās, kopienas aktivitātēs vai konsultatīvajās grupās ļauj jauniešiem ar ierobežotām iespējām aktīvi piedalīties sabiedrības dzīvē. Tas nodrošina, ka viņu vajadzības un prioritātes tiek ņemtas vērā politikās un pakalpojumu plānošanā, piemēram, pieejamības, izglītības un sociālās palīdzības jautājumos. Šo šķēršļu identificēšana un novēršana ir būtiska, lai nodrošinātu vienlīdzīgas iespējas visiem jauniešiem. Tā ir būtisks instruments, lai samazinātu ekonomiskos, sociālos un institucionālos šķēršļus, palielinātu dzīves kvalitāti un veicinātu vienlīdzīgas iespējas sabiedrībā.

Viens no jautājumiem, bija noskaidrot vispārējo viedokli, cik lielā mērā jaunieši uzticas cilvēkiem sev apkārt. Šie dati atspoguļo jauniešu uzticēšanās līmeni dažādām institūcijām, personām vai sistēmām, izteiktu skalā (iespējams, no 1 – “ļoti zema uzticēšanās” līdz 9 – “ļoti liela uzticēšanās”). Zema uzticēšanās (1–4 punkti) ir salīdzinoši nelielai daļai jauniešu — aptuveni 10,3%, kas liecina, ka tikai neliela daļa pilnībā neuzticas institūcijām vai cilvēkiem kopumā. Vidēja uzticēšanās (5–7 punkti) raksturīga apmēram 32% jauniešu, kas norāda uz mērenu, piesardzīgu uzticēšanos — šī grupa, iespējams, ir atvērta sadarbībai, bet tai nepieciešama lielāka pārliecība par iestāžu darbības godīgumu un efektivitāti. Augsta uzticēšanās (8–10 punkti) ir raksturīga lielākajai daļai — apmēram 49–50% jauniešu, kas liecina par salīdzinoši pozitīvu noskaņojumu un ticību sabiedrībai kopumā. Tas nozīmē, ka jaunieši kopumā izjūt samērā augstu sociālās uzticēšanās līmeni, kas var būt pamats pilsoniskajai līdzdalībai un sadarbībai ar valsts un pašvaldību institūcijām. Taču vienlaikus nozīmīga daļa (aptuveni trešdaļa) joprojām uzticas tikai daļēji, kas norāda uz nepieciešamību stiprināt jauniešu pieredzi, iesaistot kopienas aktivitātēs, brīvprātīgajā darbā vai citās uzticēšanos veicinošās aktivitātēs (75. attēls).

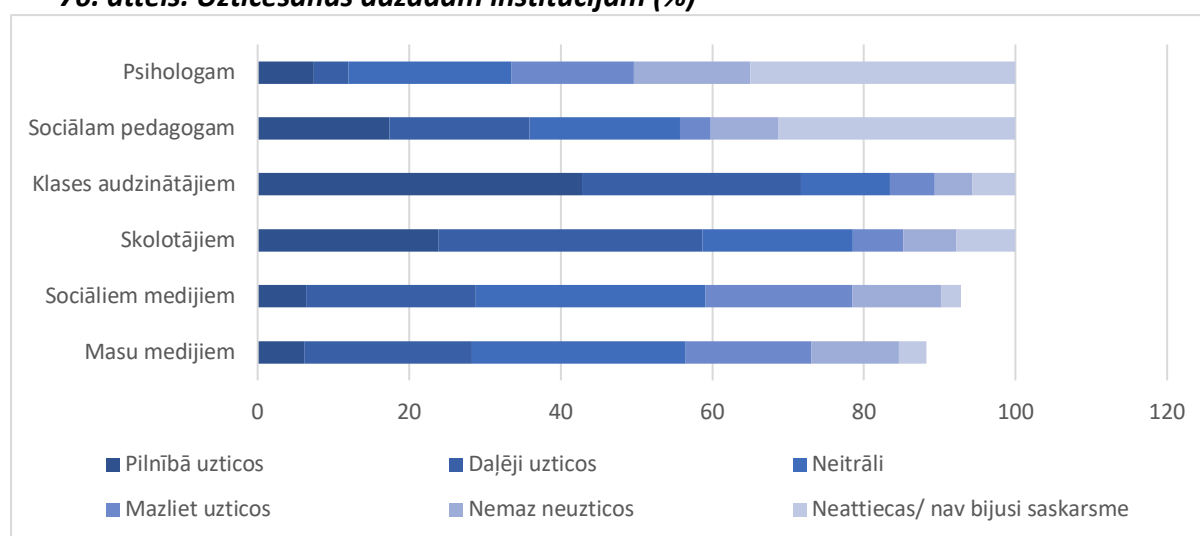
75. attēls. Uzticēšanās cilvēkiem sev apkārt (%)



N=643

Jautājumā par uzticēšanos dažādām institūcijām un speciālistiem, liela daļa norāda, ka nav bijusi saskarsmē ar šīm institūcijām. Tomēr daļa atbildot uz šo jautājumu norāda, ka pilnībā un daļēji uzticas masu medijiem (28.3%), sociāliem medijiem uzticas pilnībā vai daļēji 28.8%, bet nemaz neuzticas 11.8%. Līdzīgi kā masu medijiem, uzticēšanās sociālajiem medijiem ir ar piesardzīgu attieksmi. Viens no augstākajiem rādītājiem ir uzticēšanās skolotājiem (58.7% pilnībā vai daļēji uzticas). Skolotāji ir vieni no uzticamākajiem resursiem jauniešu vidū. Klases audzinātājam ir visuzticamākās personas skolā - 71.7% jauniešu pilnībā vai daļēji uzticas, bet tika 5% nemaz neuzticas. Zemāka uzticība ir sociālam pedagogam skolu vidē – tikai 17.4% pilnībā un 18.5% daļēji uzticas, bet 8.9% nemaz neuzticas. Lielākajai daļai jauniešu nav bijusi saskarsme ar sociālajiem pedagogiem. Psihologam pilnībā un daļēji uzticas neliela daļa (12%), bet lielai daļai (35%) nav bijusi pieredze. Tas norāda uz mentālās veselības atbalsta pieejamību vai izmantošanas problēmām skolu vidē (76. attēls).

76. attēls. Uzticēšanās dažādām institūcijām (%)

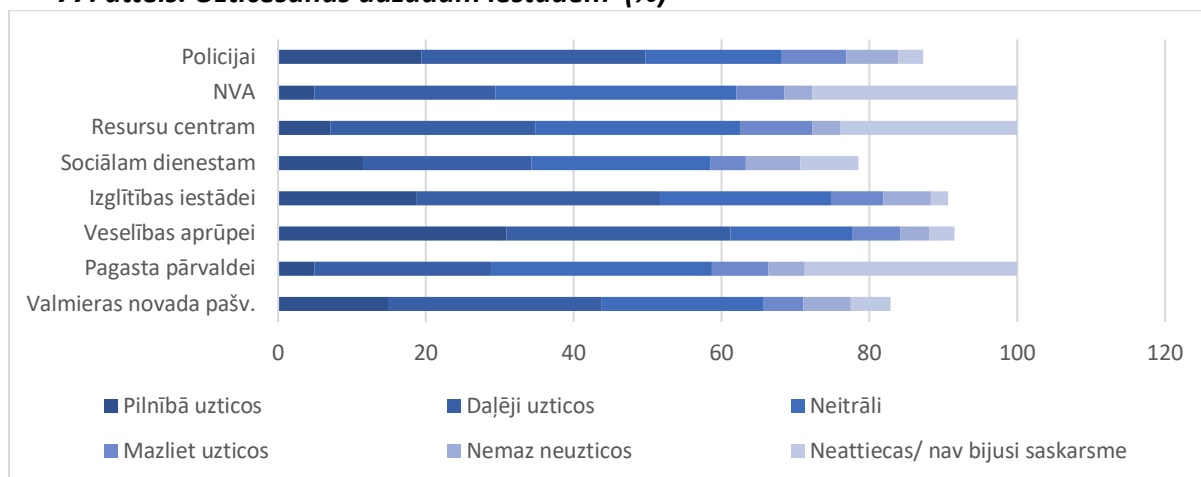


N=643

Skolotāji un klases audzinātāji ir visuzticamākie, jo lielākajai daļai jauniešu ir bijusi tieša saskarsme un uzticēšanās ir augsta. Masu un sociālos medijus jaunieši vērtē ar piesardzīgu attieksmi. Sociālie pedagogi un psihologi tiek izmantoti retāk, un uzticēšanās šiem speciālistiem ir ierobežota, kas liecina par pieejamības vai informētības trūkumu. Uzticēšanās institūcijām ir cieši saistīta ar to pieejamību un personīgo pieredzi – tie resursi, ar kuriem jaunieši regulāri saskaras, tiek uztverti kā uzticamāki.

Jauniešu uzticēšanos Valmieras novada pašvaldībai ir salīdzinoši augsta (43.8% pilnībā vai daļēji uzticas), bet neuzticas tikai 6.4%. Pagasta pārvaldei pilnībā uzticas vai daļēji uzticas 28.8%, kas var būt skaidrojama ar to, ka nav bijusi saskarsme un pieredze ar šo iestādi. Kopumā jaunieši uzticas veselības aprūpe sistēmai (61.2% uzticas pilnībā vai daļēji), bet neuzticas tikai 4%. Izglītības iestādēm arī kopumā jaunieši uzticas (51.7% uzticas). Atbalsta institūcijām un sociālo pakalpojumu sniedzējiem uzticēšanās ir vidēja (34.4% uzticas sociālam dienestam, bet resursu centram 34.8% uzticas. NVA (Nodarbinātības valsts aģentūrai) uzticas 29.4% uzticas. Drošības iestādēm – policijai, ir arī salīdzinoši augsts uzticēšanās līmenis (49.7% uzticas) (77. attēls).

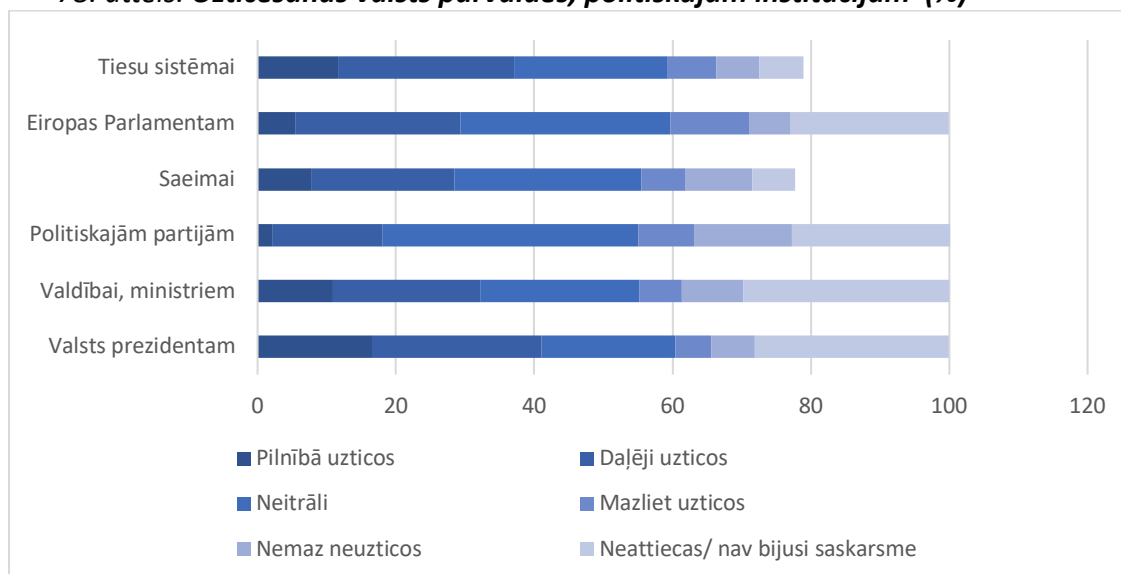
77. attēls. Uzticēšanās dažādām iestādēm (%)



N=643

Kopumā jaunieši uzticas valsts pārvaldes, politiskām institūcijām un tiesu sistēmai. Redzams, ka kopējais uzticēšanās līmenis ir vidējs, ar atsevišķām atšķirībām starp institūcijām. Augstākais uzticēšanās līmenis ir Valsts prezidentam – kopā 41.1% jauniešu (16.5% pilnībā un 24.6% daļēji uzticas). Tas liecina, ka šī institūcija tiek uztverta salīdzinoši neitrāli un simboliski pozitīvi, iespējams, saistot to ar valsts pārstāvniecību, nevis ikdienas politiku. Tiesu sistēmai uzticas 37.1% jauniešu, kamēr 22.2% izvēlas neitrālu pozīciju. Tas norāda, ka jaunieši tiesas uztver kā samērā neitrālu un profesionālu institūciju, kuras darbību gan ne visi spēj novērtēt personīgas pieredzes trūkuma dēļ (6.4% norāda “neattiecas”). Eiropas Parlamentam uzticas 29,3% jauniešu, bet lielākā daļa (30.4%) ir neitrāli. Tas var liecināt par zemu informētību vai emocionālu distanci no Eiropas līmeņa politikas. Vidēja uzticēšanās ir valdībai (32.2%) un Saeimai (28.5%), taču šīm institūcijām ir arī salīdzinoši augsts neuzticēšanās līmenis (aptuveni 15%), kas atspoguļo politiskās uzticības krīzi un jauniešu skepsi pret ikdienas politisko procesu. Zemākā uzticēšanās ir politiskajām partijām – tikai 18% jauniešu uzticas, bet 22.3% neuzticas vai mazliet uzticas, un vairāk nekā trešdaļa (37%) saglabā neitrālu attieksmi. Tas parāda atsvešinātību no partiju politikas, iespējams, uztverot to kā interešu vadītu vai nepietiekami pārredzamu (78. attēls).

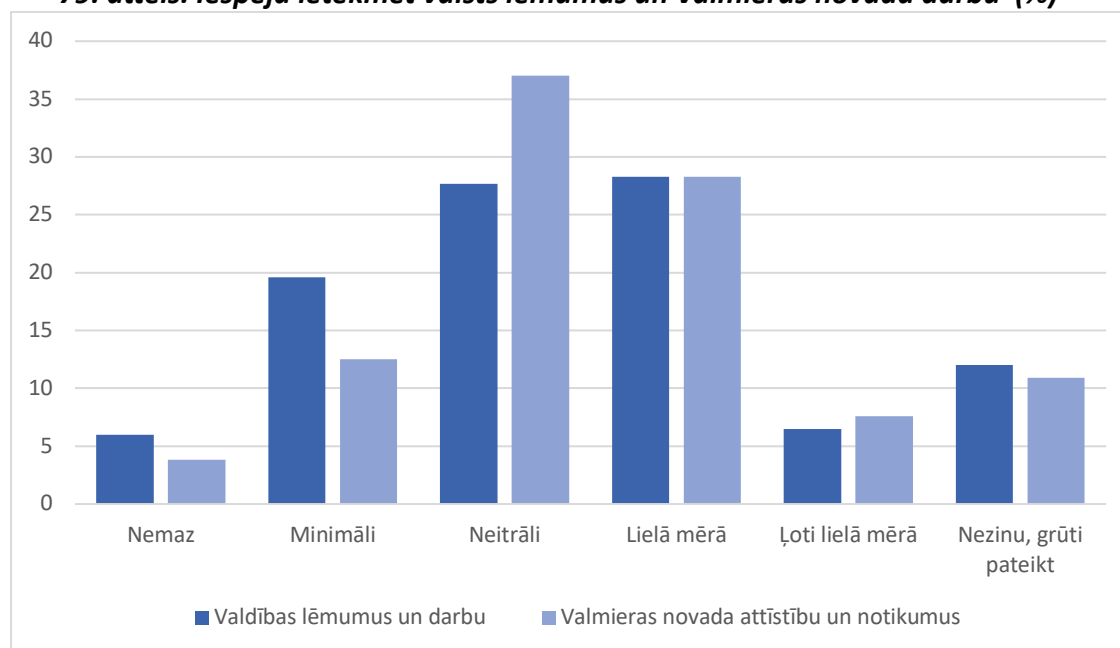
78. attēls. Uzticēšanās valsts pārvaldes, politiskajām institūcijām (%)



N=643

Analizējot datus par jauniešu uztverto ietekmi uz valdības un pašvaldības līmeņa procesiem, redzamas vairākas būtiskas iezīmes par viņu pilsoniskās līdzdalības izjūtu un spēju apziņu. Jaunieši biežāk izjūt lielāku ietekmi vietējā – pašvaldības līmenī (Valmieras novadā) nekā valsts līmenī. Tas ir tipiski, jo pašvaldības procesi ir tuvāki jauniešu ikdienai, vieglāk uztverami un ļauj redzēt tiešu rezultātu (piemēram, vietējās vides, pasākumu vai infrastruktūras uzlabojumus). Nemaz vai minimāli var ietekmēt – 25,6% jauniešu, kas atspoguļo skepsi par savu nozīmi valsts politiskajos procesos. Lielā vai ļoti lielā mērā – kopā 34,8%, kas ir salīdzinoši augsts rādītājs, norādot uz daļas jauniešu aktīvāku pilsonisko apziņu un ticību līdzdalības iespējām (79. attēls).

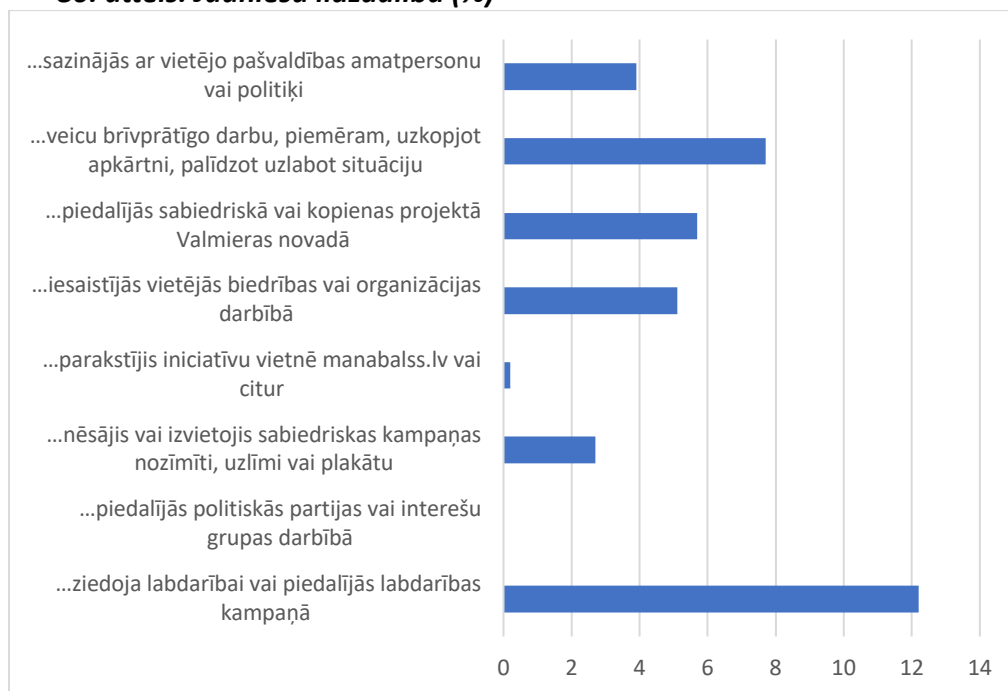
79. attēls. Iespēja ietekmēt valsts lēmumus un Valmieras novada darbu (%)



N=643

Dati par jauniešu līdzdalības aktivitātēm atklāj, ka kopumā jauniešu iesaiste sabiedriskajos, politiskajos un kopienas procesos ir zema, un visbiežāk tā aprobežojas ar neformālām vai mazāk institucionalizētām līdzdalības formām. 12.2% jauniešu ir ziedojuši labdarībai vai piedalījušies labdarības kampaņās, kas ir augstākais rādītājs starp visām aktivitātēm. 7.7% jauniešu ir veikuši brīvprātīgo darbu (piemēram, palīdzējuši uzlabot apkārtni vai palīdzējuši citiem). Tas liecina, ka jaunieši vairāk iesaistās praktiskos, tiešos palīdzības darbos, nevis formālās vai politiskās aktivitātēs. Šāda līdzdalība bieži ir emocionāli motivēta (vēlme palīdzēt, solidaritāte), nevis balstīta uz politisku pārliecību vai sabiedrisku kustību darbību. Nevienam jauniešim nenorādīja, ka būtu piedalījušies politiskās partijas vai interešu grupas darbā un tikai 0.2% jauniešu ir parakstījuši iniciatīvu vietnē *manabalss.lv* vai citur. Jaunieši visbiežāk iesaistās humānās vai kopienas aktivitātēs, retāk – politiskos vai organizatoriskos procesos (80. attēls).

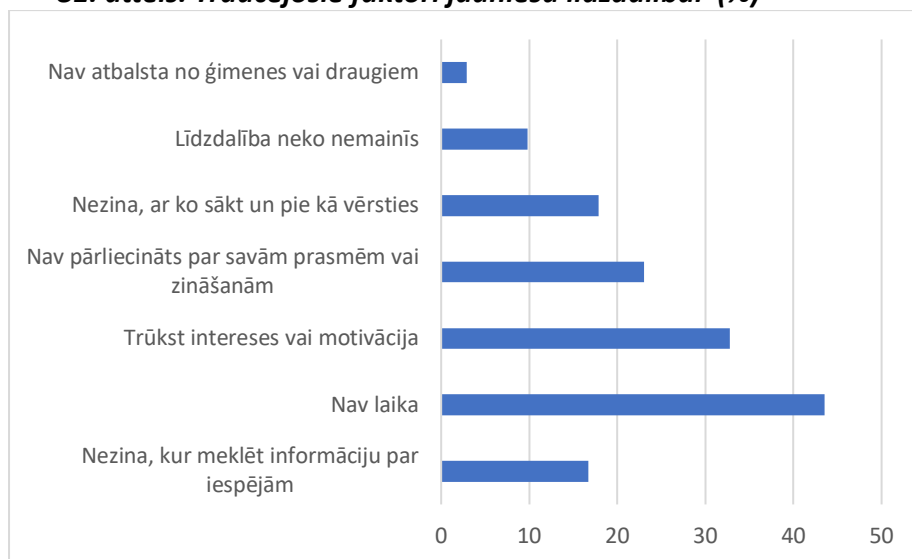
80. attēls. Jauniešu līdzdalība (%)



N=643

Noslēgumā tika uzdots viens jautājums par traucējošiem faktoriem jauniešu līdzdalībai. Jauniešu līdzdalībai galvenie ir praktiskie šķēršļi - nav laika (43.5%) ir visbiežāk minētais iemesls. Tas norāda, ka jaunieši jūtas pārslogoti ar mācībām, darbu vai citām saistībām, un līdzdalība viņu skatījumā prasa pārāk lielu laika ieguldījumu. Daļa jauniešu nezina, kur meklēt informāciju (16.7%) un nezina, ar ko sākt un pie kā vērsties (17.9%) atspoguļo informācijas pieejamības un komunikācijas trūkumu. Tas liecina, ka jaunieši bieži nepārzina konkrētos kanālus, kur varētu uzzināt par līdzdalības iespējām (projekti, jauniešu centri, organizācijas, iniciatīvas u.c.). Daļai jauniešu trūkst intereses vai motivācijas (32.8%) – otrs biežākais iemesls, kas norāda uz zemu pilsonisko motivāciju vai sajūtu, ka līdzdalība nav personiski nozīmīga. Nav pārliecināts par savām prasmēm vai zināšanām (23%) – būtisks signāls, ka daudzi jaunieši šaubās par savu kompetenci piedalīties sabiedriskos procesos, un uzskats, ka līdzdalība neko nemainīs (9.8%). Tas liecina par skepsi un zemu uzticēšanos politiskajiem un institucionālajiem procesiem, kas var būt sekas iepriekšējai pieredzei vai apkārtējās vides noskaņai. Šie faktori atspoguļo iekšējo barjeru klātbūtni, kur jaunieši vai nu neuzticas sev, vai arī neuzticas sistēmai. Kā iemeslu - nav atbalsta no ģimenes vai draugiem (2.9%), ir salīdzinoši maz minēts iemesls, taču tas norāda, ka sociālais tīkls tomēr var ietekmēt līdzdalības lēmumu. Ja jauniešu tuvākajā vidē līdzdalība netiek uzskatīta par nozīmīgu, motivācija iesaistīties mazinās (81. attēls).

81. attēls. Traucējošie faktori jauniešu līdzdalībai (%)



N=643

Kopsavilkums:

Jauniešu līdzdalību visvairāk kavē praktiskie šķēršļi un motivācijas trūkums, kas bieži saistīti ar nepietiekamu informētību un pašpārliedzinātību. Lai to mazinātu, nepieciešams mērķtiecīgi informēt jauniešus par līdzdalības iespējām, izmantojot viņiem pieejamus kanālus (sociālie tīkli, skolas, jauniešu centri), veidot līdzdalības vidi, kas ir elastīga un laika ziņā pieejama, piemēram, īstermiņa projekti, brīvprātīgais darbs ar redzamu rezultātu, stiprināt jauniešu pašefektivitāti, dodot iespēju redzēt, ka viņu iesaiste rada reālas pārmaiņas. Kopumā šie dati rāda, ka jauniešu pasivitāte nav apātijas izpausme, bet gan sistēmiski un psiholoģiski šķēršļi, kurus var pārvarēt ar atbalstu, informāciju un uzticēšanās stiprināšanu.

Līdzdalības iespēju paplašināšana:

- Stiprināt jauniešu domi / jauniešu konsultatīvo padomi
- Organizēt līdzdalības forumus un tematiskās darbnīcas, kur jaunieši kopā ar politiķiem, uzņēmējiem un sabiedrības pārstāvjiem diskutē par aktuālām tēmām (piemēram, vide, mobilitāte, kultūra).
- Regulāra jauniešu vajadzību monitorēšana (aptaujas, diskusijas, forumu rezultāti).
- Iesaistīt lēmumu pieņemšanā – aktīvi informēt par jauniešiem esošajiem atbalsta pasākumiem un iespējām

Līdzdalība skolās un iniciatīvu centros:

- Stiprināt un palielināt klases audzinātāja, atbalsta speciālistu pieejamību skolu vidē.
- Iekļaut mācību saturā par pilsonisko līdzdalību, demokrātiju, pašvaldības darbību. Praktiskas simulācijas ("Pašvaldības diena", "Jaunais deputāts uz vienu dienu"), lai saprastu, kā notiek lēmumu pieņemšana.
- Veiksmes stāstu popularizēšana – rādīt jauniešu piemērus, kuri ar savu ideju vai aktivitāti ietekmējuši vietējās pārmaiņas (piemēram, jauna brīvā laika zona, vides iniciatīva).
- Mentorings un līderības attīstība – piedāvāt jauniešiem iespēju strādāt kopā ar pieredzējušiem pašvaldības darbiniekiem vai NVO līderiem.
- Izveidot jauniešu pārmaiņu laboratoriju ("YouthLab"), kur kopīgi testē jaunas idejas pilsētvides uzlabošanai, vides jautājumiem, kopienas iniciatīvām.
- Digitālās līdzdalības platforma – iespēja jauniešiem tiešsaistē iesniegt idejas, balsot par priekšlikumiem un sekot līdzi to īstenošanai.

Sabiedrības un kopienas stiprināšana:

- Pašvaldības un NVO partnerība – atbalstīt nevalstiskās organizācijas, kas darbojas jauniešu līdzdalības un pilsoniskās izglītības jomā.
- Reģionālie jauniešu tīkli – sadarbība ar kaimiņu novadiem kopīgu projektu īstenošanā (piemēram, jauniešu forumi Vidzemes reģionā).
- Atbalsts brīvprātīgo kustībai un sabiedriskajam darbam – atzīt brīvprātīgo darbu kā līdzdalības formu, iekļaujot to arī CV vai mācību sasniegumu atzinumos