



Ветер
значимых перемен
в Лиепае

стр. 3



Живи
без стресса!

стр. 4

Газета

В единстве – сила!



Издание
Союза
свободных
профсоюзов
Латвии

ТРУДЯЩИХСЯ

Трудовые отношения и безопасность труда

№ 3 (11) 2011

Нам нужны квалифицированные и хорошо оплачиваемые педагоги

Ингрида МИКИШКО,

Председатель Латвийского профсоюза работников образования и науки

Такое случилось впервые – семь школ Риги остались без десятых классов, поскольку из-за нехватки учеников классы невозможно было укомплектовать. Подобная ситуация вероятна и в ближайшие годы. В первую очередь она создает проблемы учителям, ведь со снижением нагрузки уменьшается и так уже незавидная зарплата. Но это проблема и всей системы образования в целом, которая заставляет думать о мотивации высококвалифицированных учителей, направленной на их привлечение к работе в школе.

В школах не хватает учителей физики, химии и математики, а ВУЗы новых готовить не спешат, поскольку не видят в этом смысла – даже если молодые люди пройдут обучение и получат квалификацию учителя, в школу работать они все равно не пойдут. Подумайте, как учитель физики может заработать на жизнь в сельской основной школе, где один комплект классов, а уроки по этому предмету в 8 и 9 классе – два раза в неделю? Всего четыре урока. Чтобы учитель заработал 255 латов «на бумаге», в неделю надо провести 21 учебный час... Такая ситуация не способствует и приходу молодых педагогов в школы. В прошлом учебном году в школах работали всего 16,6 % учителей в возрасте до 35 лет. А 37 % учителей были старше 50 лет.

Если зарплата за ставку низкая, хочешь не хочешь, но учитель ищет возможность работать как можно больше. Статистика говорит о том, что в прошлом учебном году на одну ставку работали примерно 14,2 % учителей, проводя в день в среднем пять учебных часов. 30,3 % учителей работали на полторы ставки, а 42 % учителей взяли на себя нагрузку свыше полутора ставок. А есть учителя, которые работают даже больше, чем на две ставки. Это слишком большая нагрузка, которая таит опасность «перегрева». Вспоминаются слова, сказанные одним учителем: «Меня ценят дети и самоуправление, но не государство».

Учителям сейчас не хватает чувства уверенности. До конца года учителям обеспечена зарплата в таком объеме, какой имеется в настоящее время. Но ничего не известно о бюджете следующего года. И нет возможности нарастить такую толстую кожу, чтобы она могла уберечь от стресса планируемой консолидации.

Много дискуссий было о модели финансирования школ «Деньги следуют за учеником». По-моему, эта модель, с учетом того, что в условиях сложившейся в Латвии демографической ситуации число детей продолжает снижаться, нежизнеспособна и ставит под угрозу качество образования. Ее следует изменить, чтобы школы не смотрели на детей как на объекты коммерции.

Следует помнить, что сохранения маленьких школ недостаточно, чтобы семьи оставались в латвийских селах. Даже если недалеко от дома будет школа, но родители в ближайшей округе не смогут найти работу, семья уедет в город.

Хочу подчеркнуть – какие бы изменения ни планировались в системе образования, до принятия решения учителя хотят участвовать в их обсуждении.



Коллектив Пумпурской средней школе – учитель истории Мартиньш Аболиньш, социальный педагог Лига Берзиня, директор Ирена Каусиниеце, учитель английского языка Рамона Укриня и заместитель директора по учебной части Эдвинс Рафелдс.

Школьные будни объединяют

Илма РУГАЯ

Пумпурская средняя школа – это одно из тех учебных учреждений, о котором ученики вспоминают даже по прошествии школьного времени. Директор школы **Ирена КАУСИНИЕЦЕ** показывает по-осеннему яркую фотографию с изображением большой компании улыбающихся седовласых людей:

– Эту фотографию принесла Эдите Поле, окончившая нашу школу 50 лет назад. Её внучка сейчас учится у нас в 10-м классе. Так мы и продолжаемся, – говорит Ирена, которая работает в Пумпури уже более 40 лет – сначала учителем начальных классов, затем завучем, а последние 20 лет – директором.

В Пумпурской средней школе учится 505 учеников. К ним надо прибавить еще 32 дошколят, чей щебет, если прислушаться, слышно и в кабинете директора – помещении, где они занимаются, находится прямо за стеной.

– В детском саду не хватало мест для детей пяти-шести лет,

которых обязательно надо готовить к учебе в школе, потому мы нашли возможность организовать такую группу у себя. Режим дня у них точно такой же, как в детском саду. Малыши тут же рядом, мы их слышим, особенно когда они поют. Большинство этих детей когда-нибудь пополнят число наших учеников. И они чувствуют себя причастными к Пумпурской школе еще до своего первого звонка, – добавляет директор.

– Вообще-то у нас простая рядовая школа, но работаем мы как одна большая семья. Чтобы не говорить одной, на эту беседу я пригласила и других учителей. Каждому, наверняка, есть что сказать, – добавляет Ирена. Время от времени в кабинете директора к нам присоединяется еще кто-нибудь из педагогов – учитель истории **Мартиньш АБОЛИНЬШ**, который шесть лет руководил школьной профсоюзной организацией, заместитель директора по учебной части **Эдвинс РАФЕЛДС**, учитель английского языка **Рамона УКРИНА**, нынешний руководитель школьной профсоюзной организации, и ее замести-

тель, социальный педагог **Лига БЕРЗИНЯ**.

Учителя Пумпурской средней школы стараются выделить особые таланты каждого ученика –

Государство требует, чтобы у учителей было очень хорошее образование. Мы согласны. Но государству этих хорошо образованных преподавателей следует должным образом оценить.

у одного это учеба, у других творческие способности, у третьих – спорт. Директор очень радуется, что в этом году занятия по баскетболу у девочек будут вести быв-

шая игрок Латвийской женской сборной по баскетболу Иева Таре, окончившая Пумпурскую школу в 1992 году. В школе есть традиция: когда в 6-м классе начинаются уроки истории Латвии, дети рассказывают об истории своей семьи, которая переключается и с историей школы. Чтобы подготовиться к этим урокам, дети дома расспрашивают своих родителей, бабушек и дедушек, которые в свое время учились в Пумпури, разыскивают их таблицы, дневники, тетради и фотографии.

Ирена рада, что реконструкция Пумпурской средней школы, открытой в 1934 году, успешно завершена. В этом году Пумпурской средней школе придется выдержать следующее испытание – 2-й этап реконструкции, в ходе которого будет восстановлен корпус, построенный в 1973 году:

– На это уйдет семь месяцев, которые нам предстоит пережить, поскольку работы откладывать нельзя. Ученики первых семи классов с ноября будут учиться в помещениях Яундубултской средней школы, – добавляет директор.

Продолжение на **стр. 2**

Школьные будни объединяют

Продолжение. Начало на стр. 1.

О царящей в школе дружелюбной коллегальной атмосфере лучше всего свидетельствует то, что в учительском коллективе незначительная смена кадров. Кто сюда приходит работать, уходит не спешит. Учителя приезжают в Пумпури на работу не только из ближайших окрестностей, но даже из Тукумса и Риги. В Пумпурской средней школе работает 46 учителей. В школьной профорганизации в целом 47 членов – почти все работающие здесь учителя и часть технического персонала школы.

– Профсоюз для меня – большой помощник в работе. Только не подумайте, что мне тут кто-то поет дифирамбы. Говорим начистоту, думаем вместе, как справиться с проблемами. Хорошее сотрудничество между администрацией и профсоюзом выгодно для обеих сторон. Если все корректно обсуждается, не остается времени на оговоры и зависть. Мы готовы выслушать любое мнение. А решения принимаем в рамках законов и правил, – с улыбкой говорит директор и прибавляет:

– Профсоюз меня всегда своевременно информирует обо всех мероприятиях. Мы участвовали в разных акциях, пикетах и демонстрациях. Но никогда не делали этого в ущерб учебы детей. В начале прошлого года Союз свободных профсоюзов Латвии вручил мне приз партнера по сотрудничеству. Теперь «Золотой желудь» украшает мой письменный стол, а хорошее сотрудничество школьной администрации с профсоюзом – это заслуга Мартиныша, дело которого теперь продолжает Рамона.

Ирена Каусинице особо подчеркивает то, что именно профсоюз поддерживает особую атмосферу школы:

– Не только мы сами – учителя, но и наши выпускники говорят, что в школе во все времена царила демократия. Профсоюз участвует в ежедневных разговорах администрации с учителями. Устраиваются совместные мероприятия, которые спланируют коллеги. На совместные мероприятия приглашают и учителей-пенсионеров. Тех, кому трудно прийти в школу, в День учителя и накануне Рождества навещают дома. Профсоюз – первый помощник и тогда, когда у кого-то возникли проблемы со здоровьем или в семье произошло несчастье.

– Много дискутируем о содержании образования, обращая главное внимание на качество и новшества. Мы участвуем в проектах Европейского социального фонда и повышаем уровень профессиональной квалификации. Когда началась модернизация кабинетов естественных наук, мы стали одной из пилотных школ. От этого выиграли и ученики, и учителя, – рассказывает М.Аболиньш.

– С делами мы справляемся хорошо, но проблем все равно хватает. Середина сентября, тарификация учителей подготовлена, но мы еще не знаем точно, сколько денег будет в школьном бюджете, и какой, в

конце концов, будет зарплата учителей. Потому нет ясности, например, сколько групп продленного дня мы сможем организовать. Такие группы в школе очень нужны, но не уверена, что у школы хватит на это денег. Поэтому, полная ясность со школьным бюджетом должна быть уже к началу учебного года, – считает директор.

– Принцип «деньги следуют за школьником» все же не продуман до конца. Я понимаю, что надо поддерживать маленькие и приграничные школы, чтобы помочь выжить регионам. Когда демографическая кривая устремляется вниз, надо защитить начальные школы, чтобы не потерять квалифицированных педагогов. Поэтому там применяются другие коэффициенты. Мы – республиканская средняя школа с другими коэффициентами, и получается, что учителя у нас «дешевле». Мне это обидно, – добавляет М.Аболиньш.

– **Каким, по-вашему, может быть решение?**

– В сельских районах начальные школы надо сохранить, чтобы маленькие дети могли учиться как можно ближе к дому. Это и для родителей хороший стимул работать на месте. А в городах школы необходимо оптимизировать, – признает И.Каусинице.

Говоря о школьном бюджете, директор признает, что больше всего не хватает средств для персонала поддержки и групп продленного дня:

– Организовывать группы продленного дня, или нет – в этом школе дано право выбора. Все зависит от финансирования. Мы считаем, что такие группы в школах обязательно должны быть. Возможность их посещать должна быть не только у учеников начальной школы, но обязательно и у учеников 5-х, а может быть и 6-х классов. Для детей 5-й класс – это переход из начальной школы в основную, а значит непростой период. Дети должны привыкнуть к тому, что каждый урок проходит в другом учебном кабинете. Каждый урок проводит другой предметный педагог. Это стресс. В группах продленного дня учитель не только помогает детям подготовиться к урокам следующего дня, но и оказывает психологическую поддержку.

– Я категорически не согласен с госполитикой, осуществляемой в предыдущие годы, которая декларирует – если родители хотят, чтобы ребенок посещал группу продленного дня в школе, пусть они за это платят, – заявляет М.Аболиньш. – Достаток семей очень различается. Зачастую именно для детей из бедных семей возможность задержаться в группе продленного дня особенно важна. У многих родители работают с утра до вечера, дома никого нет. Для ребенка однозначно лучше, если он может остаться после уроков в школе и позаниматься. Да и родителям спокойнее, а вечерние часы они могут посвятить общим семейным делам.

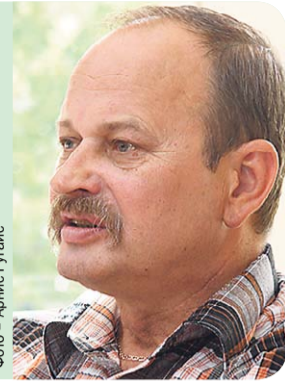
– **В чем сейчас нуждаются школы, учителя и ученики?**

– Нам всем нужна стабильность. За двадцать лет после обретения не-

Эти курсы стали дополнительным источником дохода для многих фирм. Профсоюз еще в 2009 году выступил против неадекватных требований.

Учитель истории
Мартиньш АБОЛИНЬШ

Фото – Арнис Ругайс



зависимости сменилось так много министров образования, что трудно подсчитать. И каждый пытался внедрить какие-либо новшества. Но в школу нельзя вламываться с непродуманными экспериментами, ведь образование – это последовательная и, в хорошем смысле, консервативная система. Перемены должны быть спокойными и продуманными, – подчеркивает директор.

– Сейчас мы спохватились, что в школе сидят 19-летние молодые люди, которые уже жениться собираются. Что делать? Тем, что в школу сейчас «пригонят» шестилеток, проблему не решить. Не каждый ребенок в шесть лет готов к школьной нагрузке. В демократическом обществе у родителей должно быть право выбора, готовы ли они отправить ребенка в школу в шесть лет или нет, – считает Э.Рафелдс.

– Так просто «вырезать» один класс нельзя. Чтобы перемены были эффективными, следует переписать образовательные стандарты и программы. И лишь тогда, по-моему, можно сократить учебное время в основной школе на один год. Но не в средней школе, – уточняет директор.

Когда мы говорим о нагрузке и зарплатах педагогов, ясно, что у всех на душе накипело. 255 латов «на бумаге» за одну ставку или 21 контактный час – учителя согласны с мнением директора, что столь низкая зарплата унижает. Как на нее выжить и воспитать своих детей? Для учителя 21 контактный урок в неделю – достаточно большая нагрузка. Учитель должен получать достойную оплату труда. Учителя Пумпурской школы едины во мнении, что намеченный переход на рабочую неделю в 40 часов допустим только в случае, если одновременно будет пересмотрена и система оплаты труда. Пока слишком много неясного. Например, будет нечестно, если за 40 проведенных в школе часов в неделю одинаковая зарплата будет и у того учителя, который проведет 20 контактных уроков, и у того, который проведет 10 контактных уроков. Формальное нахождение в стенах школы не может быть единственным критерием для подсчета рабочих часов.

– Государство требует, чтобы у учителей было очень хорошее образование. Мы согласны – учителя должны быть образованными людьми. Но следующее, что должно сделать государство – этих хорошо образованных преподавателей следует должным образом оценить. Конечно, зарплата – не единственный стимул, чтобы работать учителем в школе. Я действительно горжусь тем, что все наши учителя выполняют свою работу с чувством достоинства, уважением и любовью к детям, – рассказывает директор.

Директор и учителя Пумпурской школы необоснованным считают требование, что любой учитель, даже тот, который только что получил высшее образование, дающее право работать в школе без дополнительных условий, обязательно должен в течение трех лет «собрать коллекцию» из 36-часовых курсов повышения

квалификации. По их мнению, с учетом того, что период аккредитации школ – 6 лет, таким же по продолжительности мог бы быть и цикл повышения квалификации. Проблема заключается в том, что эти курсы учителя могут посещать только во время своего отпуска. Хорошо, если курсы по квалификации предлагаются бесплатно.

– Эти курсы стали дополнительным источником дохода для многих фирм. Между прочим, Латвийский профсоюз работников образования и науки (LIZDA) еще в 2009 году выступил против неадекватных требований для повышения квалификации учителей, – объясняет М.Аболиньш.

– Еще один больной вопрос – замещение коллег, – продолжает заместитель директора по учебной части Эдвинс Рафелдс. – По-моему, не корректно, что учителю платят за замещение коллеги всего 20 % от той суммы, которую получил бы тот, кого замещают. Это всего несколько десятков сантиментов за учебный час, потому учителя неохотно соглашаются на замещение.

– Ведь если учитель замещает коллегу, степень его ответственности не ограничивается 20 процентами, – подчеркивает руководитель профорганизации Пумпурской школы Р.Укриня. – Мы считаем, что учитель за замещение должен получать полную плату.

– Странная ситуация и с отпуском заместителя директора. В то время, когда директор в отпуске, на работе должен быть один из заместителей. В итоге возникает ситуация, когда заместители не могут в полном объеме использовать свой предусмотренный законом отпуск. Думаю, разумно было бы в июле, когда в школе лишь изредка появляется какой-нибудь случайный посетитель, школу закрыть и оставить работать лишь дежурных, – предлагает Э.Рафелдс.

Педагоги Пумпурской средней школы считают, что уроки в привычном ритме учебного года должны проходить до 31 мая. До июня не следует планировать никаких госпроверок, для участия в которых учителей отправляют в качестве наблюдателей в другие школы, и таким образом дезорганизуется учебный процесс.

– Госпроверки в мае срывают нам работу почти на три недели. Их следует планировать на июнь до Лиго, – поясняет Э.Рафелдс.

На протяжении многих лет Пумпурская средняя школа участвовала и побеждала в конкурсах на самую опрятную школу. Этой весной у Пумпурской школы будет развеяться Зеленый флаг. Этот международный сертификат присуждается за особые заслуги в области защиты окружающей среды и способствованию долгосрочному развитию школы.

– Приятно, что дети считают себя хозяевами школы, и мы на них можем положиться, – прибавляет Ирена Каусинице, которая в прошлом году получила Орден Трех Звезд за продолжительный и творческий вклад в образовательную работу. Директора на эту награду выдвинул школьный коллектив. Капитул ордена был с ними одного мнения ●



В Лиепае новый учебный год начался по-особому. Еще в прошлом году в этом курземском городе было три профессиональных учебных заведения, а в этом – только одно.

1 марта в результате юридического слияния Лиепайской строительной средней школы со Школой туризма и текстиля был восстановлен в свое время очень престижный Лиепайский государственный техникум (LVT). Спустя месяц – 1 апреля – к LVT присоединилась Средняя профессиональная школа Лиепайского филиала Рижского технического университета (RTU).

Илма РУГАЯ

Директором восстановленного Лиепайского государственного техникума в ходе конкурса утвердили прежнего директора Профессиональной средней школы Лиепайского филиала RTU Агриса РУПЕРТСА. 24 августа LVT получил статус Центра компетенции профессионального образования. Теперь полное официальное название реорганизованного учебного учреждения – «Центр компетенции профессионального образования «Лиепайский государственный техникум»». 1 сентября в нем начали учебу 1595 учащихся.

У директора восстановленного Лиепайского государственного техникума Агриса Рупертса работы сейчас много как никогда:

– В Курземском регионе по количеству учеников мы сейчас – самое большое профессиональное учебное заведение. Статус Центра компетенции профессионального образования налагает на нас новые обязанности. Мы не только обеспечиваем оплачиваемое государством начальное профессиональное образование, но и вправе признавать профессиональное образование, полученное неформальным путем, по 37 специальностям, – рассказывает директор.

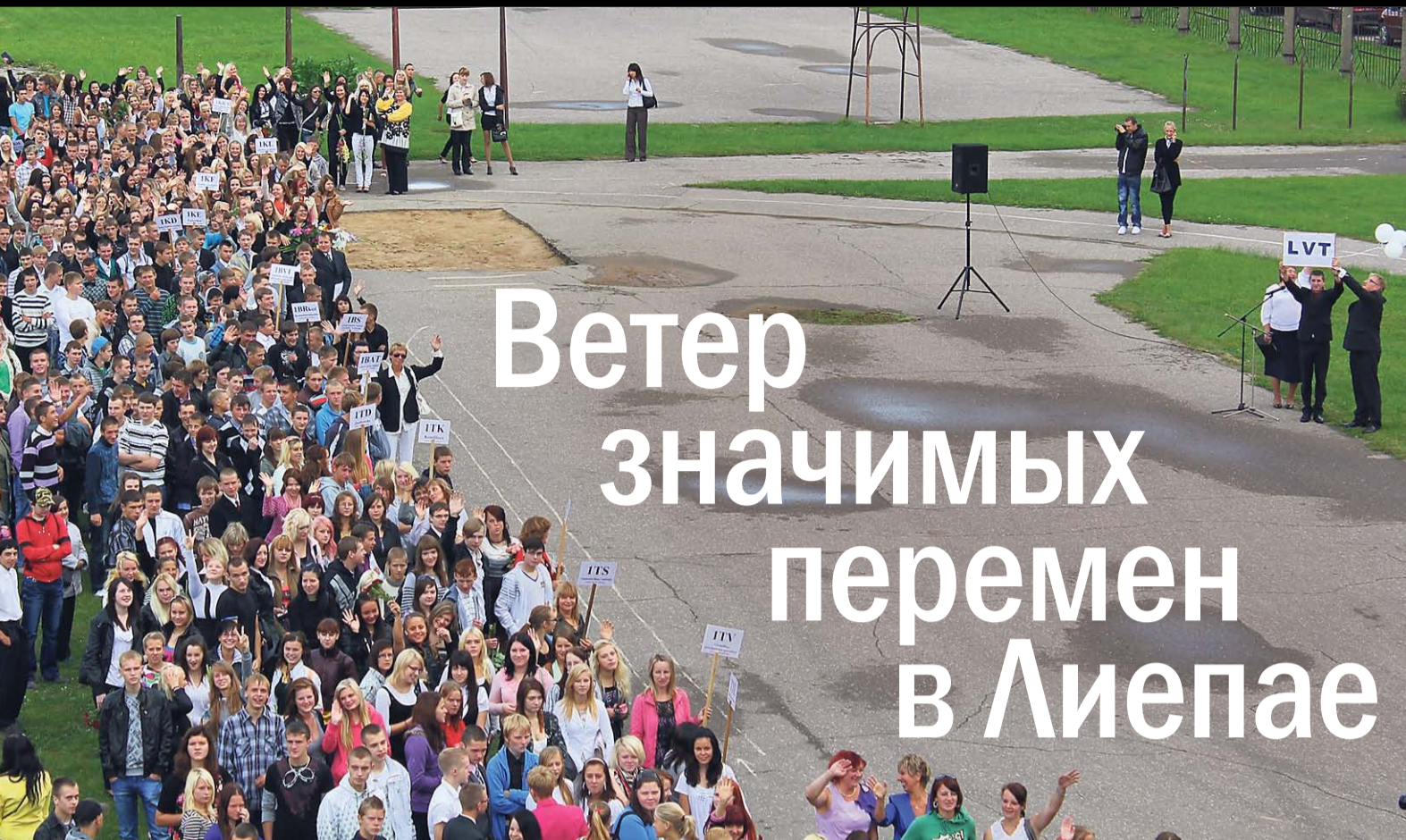
– **Что эти перемены дают региону?**
– Во-первых, мы обращаем главное внимание на возможность освоить те



Если учитель замещает коллегу, степень его ответственности ведь не ограничивается 20 %. Учитель за замещение должен получать полную плату.

Руководитель школьной профорганизаций
Рамона УКРИНА

Фото – Арнис Ругайс



Ветер значимых перемен в Лиепаве

Фото – Элимарс Чижевский



Фото – Валерий Лиела

Когда у учреждений профессионального образования появилась возможность взяться за модернизацию, получив средства из европейских структурных фондов регионального развития, руководители всех трех лиепайских городских организаций профсоюзов обсудили это с заместителем председателя думы **Сильвой ГОЛДЕ**, в ведении которой находится работа самоуправления в области образования.

– Модернизация была необходима всем трем школам. И каждая школа была готова взяться за работу. Можно было доступную сумму в размере около трех миллионов латов разделить на примерно равные части – чтобы всем досталось. Но после оценки общего объема работ стало ясно, что ни одной школе этих денег на все работы не хватит – что-то будет сделано, но часть идей останется нереализованной. Было ясно, что общей пользы будет больше, если средства не делить. Чтобы объединить интеллектуальные, материальные и финансовые средства, самоуправление города приняло решение о слиянии всех трех профессиональных учебных заведений с целью создания в Лиепаве современного и престижного Центра профессионального образования. Министерство образования и науки нашу идею поддержало. Конечно, следует признать, что перемены связаны не только с обретением, но и с кое-какими потерями. Не каждый способен принять эти перемены. Несмотря на то, что работу в LVT могли продолжить руководители всех трех школ, одна из директоров это предложение все же не приняла, – рассказывает С. Голде, признавая, что учеба в восстановленном Лиепайском государственном техникуме может стать стимулом для многих молодых людей:

– Мы много внимания уделяем качеству содержания образования и укреплению конкурентоспособности, обеспечивая поддержку развитию сети учреждений образования. Демографический спад и экономическая миграция уже повлияли на количество детей в школах, и на число жителей в городах... Только наблюдать за этим и ничего не делать – такого легкомыслия мы себе позволить не можем. Чтобы молодежь не покидала Лиепаву и Латвию, мы укрепляем сеть школ и строим новые корпуса. Например, новый и современный облик Лиепайской 5-й средней школы как магнит привлекает школьников не только из Лиепавы, но и из окрестностей. В прошлом году в Лиепаве училось примерно 800 детей из других самоуправлений. Уменьшение числа жителей – это проблема не только нашего города, но и государства в целом. Потому наша деятельность направлена на то, чтобы обеспечить привлекательность для населения как наших учебных заведений, так и всей системы образования. В Лиепаве мы не закрыли ни одной школы, но сокращение числа школьников все же ощутили. Если в 2001 году в общеобразовательных школах Лиепавы учились 13 500 учеников, то сейчас – всего 9500. Но мы ищем и обдумываем такие действия, которые позволят заполнить школы и обеспечить учителей работой.

Важен статус Лиепайского государственного техникума как Центра компетенции профессионального образования. Мы готовим профессионалов, которые сами способны развивать частное предпринимательство. Они при помощи своих знаний и навыков смогут заработать себе на жизнь. Важно уметь что-то делать самому, не ожидая, когда тебе предложит работу кто-то другой, например, чинить автомашины, ремонтировать квартиры или вместе с однокурсниками организовать свое маленькое предприятие. Главное – работать и создавать добавленную стоимость для своей жизни ●

– Для работ по реновации LVT до 2013 года привлечены примерно три миллиона латов средств Европейского Союза с государственным софинансированием. Что на эти деньги планируется сделать?

– Обновим здания и модернизируем оборудование, но уже сейчас планируем и дальнейшие работы до 2015 года, для которых постараемся привлечь дополнительные средства. В целом на реализацию проекта нам потребуется более девяти миллионов латов. В числе других мы хотим дать возможность освоить профессиональные знания и навыки также молодым людям с трудностями передвижения.

– Насколько важно хорошее сотрудничество учебного учреждения с самоуправлением?

– Инициатива восстановить построенный в 1920 году Лиепайский государственный техникум идет от самоуправления. А дальше все делалось плечом к плечу. Можно сказать, что мы уже разогрелись для старта ре-

стипендии самым прилежным ученикам ежемесячно решает комиссия. Возможность получить целевую стипендию хороший стимул – с тех пор, как их стали присуждать, учащиеся заметно меньше пропускают занятия и лучше учатся.

– Создание LVT, кажется, уже можно назвать примером хорошей практики. Но обычно большие перемены связаны также с известным страхом и сомнениями.

– У меня самого таких ощущений не было. Может, потому, что включился в этот процесс с самого начала. Министерство образования и науки доверило мне руководство рабочей группой, которая разрабатывала стратегию реорганизации. Это был процесс созидания. Как руководитель я прекрасно понимал свою главную обязанность – обеспечить учащимся возможность получить качественное образование. А его могут дать только хорошие педагоги, о которых руководитель учебного учреждения должен заботиться.

свободных профсоюзов Латвии для учащихся профессиональных школ.

– Конкурс послужил хорошим дополнительным стимулом освежить и укрепить уже полученные знания по безопасности труда, которой мы уделяем большое внимание. В конце концов, это часть жизненной мудрости. Мы своих учащихся изо дня в день готовим к реальной жизни и конкуренции на рынке труда. За четыре года они получают не только среднее профессиональное образование, но и «нарабатывают» самостоятельность. До получения диплома полгода надо отработать практику на каком-то из предприятий.

– У вас в основном учатся молодые люди из Лиепавы?

– Таких большинство, но так как в наших служебных гостиницах места хватает всем, кто хочет учиться, мы можем принимать учащихся и из Латгалии, и из Риги. Как-никак, мы предлагаем освоить такие программы, которых нет в предложениях других профессиональных школ.

– Как вы сами оцениваете конкурентоспособность профессионального образования?

– Я достаточно долго знакомился с процессом обучения за рубежом, и, согласно своей оценке, могу сказать, что качество нашего образования не хуже. Знания у учащихся хорошие. А вот практические навыки порой хромают, так как у нас материально-техническое обеспечение более скудное. Один пример – был в Италии в школе, которая готовит будущих специалистов по деревообработке. Так вот, предприятие, которое производит машины для деревообработки, каждый год бесплатно привозит и устанавливает в школе самое современное оборудование, а машину, которую использовали в прошлом году, забирает. Нам такая роскошь недоступна, но существуют и другие решения. К нам приходят руководители предприятий и оценивают экзамены учащихся по квалификации. Наши будущие механики на 3-м и 4-м курсе один день в неделю работают в автосервисе – в той рабочей среде, в какую они попадут по окончании техникума...

– Вы уверены, что запланированное удастся?

– Нам еще предстоит побороться, чтобы выполнить все запланированное. Но я действительно думаю, что все получится, ведь отношение к профессиональному образованию и его нуждам в последнее время заметно изменилось в лучшую сторону ●

Знания у учащихся хорошие. А вот практические навыки порой хромают, так как у нас материально-техническое обеспечение более скудное.

Директор Лиепайского государственного техникума **Агрис РУПЕРТС**



Фото – Арнис Рупертс

конструкции. Строительство еще не началось, но эскиз реновации уже полностью готов. Пока помещения техникума располагаются по трем адресам. Но через пару лет мы все будем находиться вместе. Хочется ощутить это единение. Поэтому 1 сентября мы впервые организовали праздничное мероприятие для всех учеников и 130 учителей вместе – на спортивной площадке техникума.

– Все ли учащиеся техникума получают стипендии?

– Гарантированную государством стипендию получают все, но у каждого учебного заведения есть возможность эту стипендию дифференцировать. Наши учащиеся получают в месяц семь латов, но параллельно этой стипендии каждый из них может претендовать на стипендию ESF, размер которой составляет до 50 латов в месяц. О присуждении целевой

– По каким специальностям самый большой конкурс?

– Многие молодые люди хотят стать финансовыми работниками. По степени популярности не намного отстает также специальность туристических и гостинично-ресторанных услуг.

– В фойе техникума среди других объявлений прочла о практике в Испании...

– Мы успешно участвуем в нескольких проектах. Практика в Испании организована в рамках программы *Leonardo da Vinci*. Весной у наших учащихся была практика в Гамбурге. Параллельно и преподаватели учатся и проходят стажировку на отраслевых предприятиях – не только в Латвии, но и в других странах.

– Ваши воспитанники в прошлом году победили в конкурсе *Profs*, организованном Союзом

специальности, которые востребованы в Курземе. Во-вторых, теперь мы можем более гибко организовывать процессы. Раньше пожелания региона по подготовке специалистов той или другой отрасли не слишком учитывались. Но именно здесь большая часть наших учеников будет искать работу. Потому надо постоянно изучать региональный рынок труда. У нас налажено тесное сотрудничество с лиепайскими предпринимателями и отраслевыми ассоциациями. У меня была возможность участвовать в различных национальных образовательных проектах, осуществляемых в сотрудничестве с работодателями из разных отраслей. Так я познакомился со многими предпринимателями, которых тоже заботит качество профессионального образования.

– Специалисты каких профессий в Лиепаве особенно востребованы?

– Лиепавя славится как город, в котором производят качественное женское белье. У нас большой спрос на швей. Но молодежь не считает это престижной работой. Этой весной группа швей даже не была открыта, поскольку мы не смогли ее укомплектовать – на 25 мест получили только пять заявлений. Но уже второй год в рамках проекта софинансирования из Европейского Социального фонда (ESF) создана группа портных, в которую могут поступить ученики с 17 до 25 лет с уже законченным основным образованием. В течение одного года молодые люди могут освоить профессиональную квалификацию портного – эта специальность позволяет не только найти работу на каком-либо швейном предприятии, но также начать свою индивидуальную предпринимательскую деятельность. Главное, что освоены такие профессиональные навыки, которые будут полезны всю жизнь. Мы целенаправленно расширяем предложение по обучению для выпускников средних школ. Ведь не каждый выпускник средней школы может продолжить учебу в ВУЗе – часть молодых людей не проходит по конкурсу, другим не хватает денег, чтобы платить за учебу и одновременно за проживание в столице. Потому в этом году мы разработали и получили лицензию на новую образовательную программу «Специалист по обслуживанию клиентов» со сроком обучения полтора года. Группа, в которой в основном девушки, успешно укомплектована. Теперь планируем разработать еще какую-нибудь программу по технической специальности, которая бы больше подходила молодым людям.

Живи без стресса!



Фото - Арнис Ругайс

Видеть нельзя, ощутить можно. Что это? Один из правильных ответов на этот вопрос – стресс. О стрессе, о том, как его распознать и от него уберечься рассказывает директор Института безопасности труда и здоровья среды Рижского университета им. Я.Страдиņша Иварс ВАНАДЗИНШ.

Илма РУГАЯ

Вся наша жизнь полна стресса, и стресс – это часть нашей жизни. По сути, это нормально, так как нас окружают факторы стресса. Человеку стресс даже необходим, чтобы что-то делать. Стресс становится дополнительной мотивацией, например, успеть закончить работу в срок. Без стресса мы даже проснуться утром не можем. Но сказать, что стресс – белый и пушистый, тоже нельзя. Ведь стресс – это проблема. Где она начинается? Стресс в трудовой среде появляется тогда, когда есть несоответствие между тем, что человек может и умеет, и тем, что от него требуют.

Специалисты по профессиональным заболеваниям относятся к стрессу очень серьезно, поскольку в области профессионального здоровья последствием стресса – вторая самая большая и самая распространенная проблема в мире после заболеваний мышц и опорно-двигательной системы – болящих рук и спины. Характерная для стресса особенность – он затрагивает очень многих молодых людей. И «раны» от стресса не остаются без последствий.

Если человек говорит, что чувствует себя счастливым, делая то, что должен делать, это еще не значит, что он не подвергается стрессу. Конечно, подвергается, но между тем, чего от человека требуют и что он может или хочет делать, существует гармония.

Хороший стресс и плохой стресс

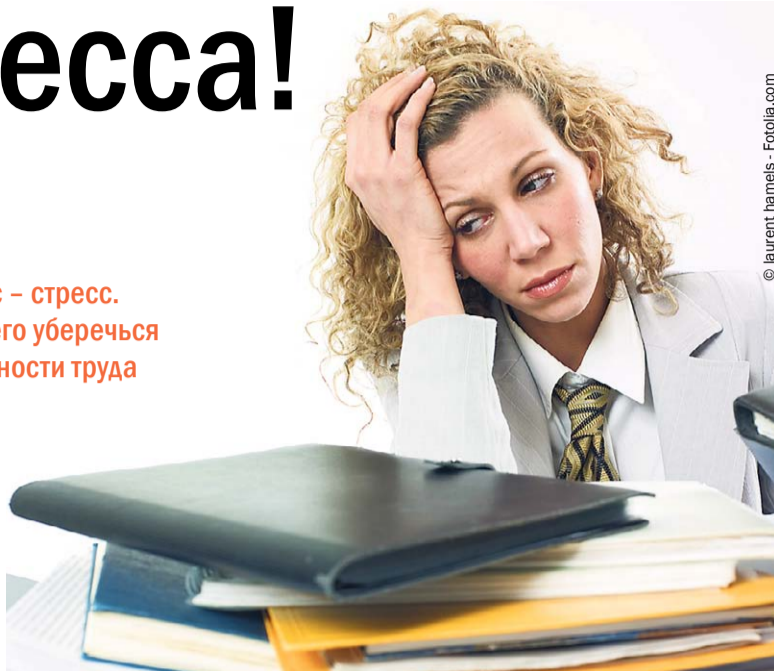
Существует два вида стресса. Хороший стресс, или здоровое волнение, называют эустрессом, а плохое волнение называют дистрессом.

Хороший стресс мобилизует работоспособность человека, помогает концентрироваться, позволяя таким образом все делать быстрее. Работа «горит в руках». Если охватывает дистресс, человек выбит из равновесия, ощущает тревогу, которая может перерасти в панику. В таких ситуациях лихорадочные эмоции берут верх над здравым рассудком. Что происходит? Ты осознаешь, что хочешь сделать работу, но не можешь за нее взяться.

Человек может выдержать много, и испытание плохим стрессом наш организм какое-то время компенсирует. При разговоре о стрессе на работе, обычно первой реакцией является отрицание, мол, никакого стресса нет и в помине. В этом и ошибка, ведь рано или поздно слишком большой стресс в течение долгого периода времени может привести к разным неприятным – не только эмоциональным, но и физическим проявлениям. Чаще всего он приводит к нарушениям работы сердца и депрессии. Могут появиться боли в спине, связанные с типичными для стресса апатией и подавленностью, но не всегда человек это осознает, а потому ищет другие причины.

В быту стресс может вызвать, к примеру, трамвай, который опаздывает, или внезапно начавшийся дождь, если зонт остался дома. В трудовой среде один из типичных факторов стресса – несоответствие рабочего времени желаниям или типу личности работника. Если человеку нравится рано вставать, он, скорее всего, на работу опаздывать не будет. «Совам» придется труднее. Есть люди, которым трудно приспособиться к посменной работе.

В некоторых профессиях проблема связана с тем, что человек не знает точно, когда ему придется брать за работу. Такие ситуации нередко воз-



© laurent hamels - Fotolia.com

Полезно знать

Результаты исследования «Условия и риски трудовой среды в Латвии, 2010» свидетельствуют о том, что 19% работающих ощущают на работе эмоциональное насилие и/или психологическое давление. Работодатели оказались большими оптимистами – 91% опрошенных работодателей утверждали, что на их предприятии ни один работник этому фактору риска не подвержен. Это значит, что большая часть работодателей либо не интересовалась и не знает, либо не хотят признать, что на их предприятиях может быть стресс в трудовой среде.

Результаты исследования рисков трудовой среды открыли интересную закономерность – психоэмоциональному стрессу значительно больше подвержены работники тех предприятий, где зарплату платят в конвертах.

никают у стюардов, которые о необходимости явиться на рейс узнают незадолго до полета.

Люди разные и могут по-разному реагировать на один и тот же стресс. Если для одного монотонный темп работы за конвейером не представляет проблемы, другой уже спустя день у конвейера теряет самообладание. Одному на работе необходимы постоянные вызовы, другой охотно выбирает рутину. Кто-то готов постоянно учиться чему-то новому, другой – нет.

У каждого свой стресс

Важный фактор, который тоже может вызвать стресс, – невозможность участвовать в принятии решений. С работой легче справиться, если человек сам может решать, с чего начать и чем закончить. Конечно, не на каждой работе и не в каждой профессии такой выбор возможен.

Причиной стресса может также стать оплата труда или статус. Некоторые люди испытывают стресс от одной мысли о том, что у других зарплата больше. Стресс могут вызывать, казалось бы, мелочи, например, даже само название занимаемой должности. Возможных ситуаций бесконечно много.

Стресс улетучивается, если все ясно насчет порученных задач и обязанностей. Многим людям важно, чтобы им очень точно сформулировали все, что от них требуется. А другая категория людей, напротив, предпочитает, чтобы задачи содержали лишь общие установки и указание направления, в котором следует работать.

Одни и те же факторы, «вторгнувшись» в трудовую среду, могут оказать на разных людей разное влияние: у части работников они вызовут стресс, у других – нет.

Стресс – частый спутник на работах, связанных с обслуживанием клиентов. Покупатель, который на ровном месте начинает скандал, – проблема продавца. Но приходилось сталкиваться и с такими работниками сферы услуг, у которых буквально на лбу написано, что они предпочли бы от клиента избавиться, да поскорее. Работники с таким отношением – это и экономическая проблема работодателя, ведь вряд ли клиент во второй раз захочет прийти и потратить свои деньги там, где его нелюбезно обслужили.

Проявления стресса могут быть очень индивидуальными. В острых стрессовых ситуациях некоторые люди краснеют или потеют, учащается сердцебиение. Из-за значительно-

го стресса может прихватить живот или затошнить – это «удар» стресса по наиболее слабому месту организма.

– Действительно ли стресс может привести к язве желудка?

– В этом утверждении есть доля истины. Хотя я больше склонен считать это мифом. Впрочем, нарушения сна и системы пищеварения из-за стресса действительно могут появиться. В наше время большую часть стресса создают отношения «дом и работа», если мы «приносим» «работу домой» или «дом на работу». Стресс может возникнуть, если не хватает времени на личную жизнь. Стресс может быть вызван работой, связанной с путешествиями. Сейчас и в Латвии многие работают в таком ритме – уле-

Одни и те же факторы, «вторгнувшись» в трудовую среду, могут оказать разное влияние: у части работников они вызовут стресс, у других – нет.

тают, отрабатывают три-четыре дня в другой стране, а затем возвращаются домой. А через несколько дней снова в путь. Есть люди, которым такая работа по душе, а другие к такому ритму привыкнуть не могут, поскольку приходится менять соотношение между работой и частной жизнью.

И все же работу следует отделять от частной жизни. Активная личная жизнь дает душевный покой и является одним из способов борьбы со стрессом.

– Что у вас вызывает наибольший стресс?

– Незаконченные дела, когда одновременно наваливается слишком много работы. Мы должны осознавать, что стресс может привести к определенным последствиям. Но, конечно, у разных людей они будут разными. Стресс может вогнать в апатию или депрессию, к примеру, работы выше крыши, а ты не в состоянии ничего делать и чувствуешь себя плохо. Работа стоит, сам работник сидит как на иголках и судорожно думает, что делать, но не в состоянии ни за что взяться. Время идет, ничего не сделано, потому человек начинает волноваться еще больше. Возникает

заколдованный круг. Если посмотреть на это с позиций государства и в экономическом контексте, стресс приводит к огромным убыткам. Так что же делать, если мы не хотим навредить ни своему здоровью, ни экономике? Надо избавиться от плохого, то есть, от нежелательных проявлений фактора риска. Но со стрессом все не так просто, ведь он, по сути, «сросся» с трудовыми задачами.

Лекарство против стресса

Первый шаг к освобождению от стресса – его осознание вместо отрицания. А это требует от человека известной интеллигентности. По-прежнему немало тех, кто воспринимает возможность и необходимость говорить о своих проблемах как нечто заслуживающее улыбки. Однако, чтобы осознать проблему, о ней необходимо говорить. Мы привыкли держать в себе напряжение, вызванное стрессом, а это совсем не хорошо. Если мы осознаем, что с нами происходит, и говорим об этом, то можем от этого освободиться. И о стрессе следует говорить. Человек должен понять, чего он хочет и что он может. Возможно, чтобы избавиться от стресса, достаточно небольших организационных изменений.

Из тисков стресса в ситуации повседневной работы можно вырваться, хотя бы встав со своего места, покинув кабинет и спокойно приготовив чашечку чая. Или на минутку выйти на улицу – подышать свежим воздухом. Кажется, мелочь, но смена ситуации может оказаться очень эффективной.

Одна из главных причин стресса – неупорядоченная трудовая среда. Это должен помнить не только работодатель, но и работники, чтобы самим не допустить психоэмоционального насилия. Трудовая жизнь – это дело не одного дня, а потому существующие на работе факторы стресса воздействуют на нас продолжительное время и неизбежно влияют на здоровье.

Первое лекарство от стресса – успокоиться и собраться с мыслями. Работу надо сделать, но без жертв, ведь своя доля времени полагается также и семье, и домашним делам, и увлечениям. Лечить «раны» от стресса помогает крепкий и достаточный сон. Утром на свежую голову легче работать и успешно справляться с тем, что в предыдущий вечер казалось невыполнимым. А если принесенный с работы стресс начинает влиять на сон, не давая человеку спокойно отдохнуть, тогда, возможно, следует подумать о смене работы.

Консультационные центры по вопросам трудового права и охраны труда

Приемное время региональных консультантов
Понедельник 10.00–14.00
Вторник 14.00–18.00
Четверг 10.00–14.00

ЕЛГАВА, ул. Электрибас, 10
Консультант Лигита БРАХМАНЕ
Тел. 20 22 29 45
Эл. почта: ligita.brahmane@lbas.lv

ЛИЕПАЯ, ул. Целтниеку, 19
Консультант Гунтис ГУТМАНИС
Тел.: 63 42 30 95; 29 41 62 46
Эл. почта: guntis.gutmanis@lbas.lv

ВАЛМИЕРА, ул. Ригас, 10
Консультант Линда ПЕТЕРСОНЕ
Тел.: 20 22 23 26; 64 23 32 21
Эл. почта: linda.peterson@lbas.lv

ДАУГАВПИЛС, ул. Саулес, 15
Консультант Ингрида ГРАДКОВСКА
Тел.: 26 52 45 04; 65 42 44 54
Эл. почта: ingrida.gradkovska@lbas.lv

РИГА, ул. Бруниниеку, 29/31
Консультанты по вопросам трудового права

Каспарс РАЦЕНАЙС
Тел. 67 03 59 05 (прием по записи)
Эл. почта: kaspars@lbas.lv

Марис СИМУЛИС
Тел. 67 03 59 24 (прием по записи)
Эл. почта: maris.simulis@lbas.lv

Консультант по вопросам охраны труда
Мартиньш ПУЖУЛС
(прием: понедельник – 16.00–18.00, среда – 16.00–18.00, пятница – 9.00–12.00)
Тел. 67 03 59 59
Эл. почта: martins@lbas.lv

www.darbatiesibas.lv