



Vaikų laikinosios globos namai  
„Atsigręžk į vaikus“



**NAŠLAIČIŲ IR TĖVŲ GLOBOS NETEKUSIŲ  
VAIKŲ SAVARANKIŠKO GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ  
UGDYMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO  
REKOMENDACIJOS**

Vilnius  
2007

UDK 37.06-058.8  
Na233

Parengtos įgyvendinant LR socialinės apsaugos ir  
darbo ministerijos 2004 metais patvirtintą  
Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rėmimo ir integravimo į visuomenę  
2005–2008 metų programą

Rekomendacijas parengė:  
Viešoji įstaiga Vaikų laikinosios globos namai  
„Atsigrėžk į vaikus“

ISBN 978-9955-786-02-3

## TURINYS

1. Pratarinė.....	5
2. Tėvų globos netekusių jaunuolių rengimas savarankiškam gyvenimui: Lietuvos ir užsienio šalių patirtis.....	8
3. Ugdymo tikslai ir mokymosi būdai .....	33
4. Gyvenimo įgūdžiai.....	36
5. Aprūpinimas būstu .....	38
6. Išsilavinimas .....	40
7. Įsidarbinimas .....	42
8. Sveikata.....	45
9. Savarankiško gyvenimo plano sudarymas.....	48
10. Darbuotojų mokymas.....	50
11. Duomenų rinkimas ir įvertinimas.....	52
12. Savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymas.....	54
12.1. Kasdienis gyvenimas .....	57
12.2. Socialinis bendravimas.....	61
12.3. Mokymosi ir darbo įgūdžiai .....	64
12.4. Savęs priežiūra .....	67
12.5. Būstas ir pinigų tvarkymas.....	70
13. Darbas su elgesio sunkumų turinčiais vaikais ir jaunuoliais.....	73
14. Savarankiško gyvenimo įgūdžių klausimynas.....	87
15. Naudinga literatūra .....	107
16. Literatūros sąrašas.....	109
PRIEDAI .....	111

# 1

## Pratarmė

Kiekvienos brandžios visuomenės pagrindą sudaro produktyvus, turintis išplėtotus socialinės ir asmeninės kompetencijos gebėjimus jaunimas. Viena iš šeimos pareigų ir atsakomybių yra tinkamai parengti vaiką savarankiškam gyvenimui ir pozityviam dalyvavimui visuomenės gyvenime. Deja, asmenims, kurie iki pilnametystės užaugo globos namuose, yra sunkiau pasiruošti savarankiškam gyvenimui ir perimti svarbias šeimos modelio vertybes.

Vykdam Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2004 m. spalio 13 d. nutarimu Nr. 1279 patvirtinto *Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rėmimo ir integravimo į visuomenę 2005–2008 metais programos* įgyvendinimo priemonių plano 2.2 priemonę, 2006 metais buvo parengta *Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų savarankiško gyvenimo įgūdžių programa*. Šiame leidinyje pateikiame *Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programos* įgyvendinimo rekomendacijas. Rekomendacijos yra skirtos vaikų socialinės globos teikėjams – šeimynoms, stacionarioms vaikų globos įstaigoms, trumpalaikės globos institucijoms, taip pat globėjams, specialistams, dirbantiems su tėvų globos netekusiais vaikais ir visiems besidomintiems vaikų socialine globa. Rekomendacijose pateikiama užsienio šalių, turinčių ilgalaikę praktiką organizuojant tėvų globos netekusių vaikų rengimą savarankiškam gyvenimui, patirtis, siūlomos rekomendacijos dėl konkrečių savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo, pateikiami įvairūs praktiniai ugdymo metodai, užduotys ir technikos.

Leidinių sudaro tokie pagrindiniai skyriai:

■ **Tėvų globos netekusių vaikų rengimas savarankiškam gyvenimui: Lietuvos ir užsienio šalių patirtis.** Šiame skyriuje yra apžvelgta vertinga kai kurių užsienio šalių darbo su tėvų globos netekusiais vaikais patirtis, rengiant juos išėjimui iš institucijos ir savarankiško gyvenimo pradžiai. Palyginimui pateikėme, kokios paslaugos ir socialinės lengvatos pagal galiojančius Lietuvos įstatymus yra garantuojamos mūsų šalies asmenims, kurie iki pilnametystės augo globos namuose arba globėjų šeimose.

■ **Ugdymo tikslai ir mokymosi būdai.** Skyriuje analizuojami bendrieji ugdymo tikslai, mokymosi stiliai, įvairių ugdymo metodų galimybės.

■ **Gyvenimo įgūdžiai.** Vienas iš svarbiausių gyvenimo kokybės veiksnių yra asmens gebėjimas pasirūpinti savimi, buitimi ir savo gyvenimo sąlygomis. Skyriuje **Gyvenimo įgūdžiai** yra pateikiamos bendros rekomendacijos dėl globojamų jaunuolių gyvenimo įgūdžių ugdymo ir stiprinimo.

■ **Aprūpinimas būstu.** Kitas, ne mažiau svarbus gyvenimo kokybę lemiantis veiksnys yra apsirūpinimas būstu. Skyriaus **Aprūpinimas būstu** tikslas yra pateikti rekomendacijas dėl pagalbos jaunuoliams apsirūpinant būstu ir įsikuriant naujoje gyvenamojoje vietoje.

■ **Išsilavinimas.** Trečias svarbus gyvenimo kokybės veiksnys yra išsilavinimas, įgyta profesija ir darbas. Skyriuje **Išsilavinimas** rašoma apie pagalbą, kuri gali būti reikalinga globojamiems vaikams, siekiantiems įgyti kuo geresnį išsilavinimą bei profesiją, atitinkančią turimus gebėjimus ir interesus.

■ **Įsidarbinimas.** Šiame skyriuje pateikiamos rekomendacijos apie jaunuolių, gyvenančių globos institucijose ar šeimose, darbo įgūdžių ugdymą ir jaunuolių parengimą darbinei veiklai.

■ **Sveikata.** Gera fizinė ir psichikos sveikata yra viena iš sėkmingo įsiliejimo į visuomenę ir prisitaikymo prie naujų sąlygų prielaidų. Kaip galima padėti jaunuoliams įgyti sveikos gyvensenos įgūdžių ir rūpintis savo sveikata, aprašyta skyriuje **Sveikata**.

■ **Savarankiško gyvenimo plano sudarymas.** Sistemingas savarankiško gyvenimo planavimas dar iki pilnametystės padeda kruopščiau

ir nuosekliau pasiruošti šiam svarbiam gyvenimo etapui. Plačiau apie tai – skyriuje *Savarankiško gyvenimo plano sudarymas*.

■ *Darbuotojų mokymas*. Skyriuje yra analizuojama darbuotojų, dirbančių su tėvų globos netekusių vaikų, kvalifikacijos kėlimo svarba ir galimybės.

■ *Duomenų rinkimas ir įvertinimas*. Siekiant kuo didesnio efektyvumo, rengiant jaunuolius savarankiškam gyvenimui, siūloma reguliariai įvertinti pasiekimus, kruopščiai išanalizuoti rezultatus ir padaryti atitinkamas pataisas.

■ *Savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymas*. Šiame skyriuje plačiau aprašome konkrečių gebėjimų vystymą tokiose srityse, kaip antai kasdienis gyvenimas, socialinis bendravimas, mokymosi ir darbo įgūdžiai, savęs priežiūra, būstas ir pinigų tvarkymas.

■ *Darbas su elgesio sunkumų turinčiais vaikais*. Į globos institucijas dažnai patenka vaikai, turintys įvairių elgesio sunkumų ir problemų, kurie gali tapti tikru iššūkiu globos institucijų darbuotojams. Atsižvelgdami į tai, jog dažnai trūksta žinių, kaip koreguoti vaikų elgesį ir tobulinti jų socialinius gebėjimus, parengėme skyrių apie pagalbą vaikams, gyvenantiems globos institucijose ir turintiems įvairių elgesio problemų.

■ *Savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo klausimynas*. Vaikų socialinės globos paslaugų teikėjams ir organizatoriams siūlome ne tik kompleksiskai ir nuosekliai organizuoti vaikų, netekusių tėvų globos, ruošimą savarankiškam gyvenimui, bet ir atlikti išsamius vaikų poreikių ir pasirengimo gyventi savarankiškai tyrimus. Pateikiame keletą jaunuolių savarankiško gyvenimo įgūdžių įvertinimo klausimynų, kurie gali būti naudojami, norint įvertinti asmens pasirengimą palikti globos namus (šeimyną, globėjų šeimą) ir gyventi savarankiškai bei jam reikalingą pagalbą ir paramą. Šie klausimynai gali būti naudojami ir ugdymo proceso metu pažangai, sunkumams ir pasiekimams įvertinti.

Rengiant vaikus ir jaunuolius savarankiškam gyvenimui, siūlome būti nuosekliems, atsižvelgti į paties asmens interesus ir poreikius. Patį ugdymo procesą galima organizuoti labai kūrybiškai, aktyviai įtraukti į jį jaunuolį ir kitus asmenis iš jo artimiausios aplinkos. Svarbu, kad į savarankišką gyvenimą išeitų atsakingas, brandus, turintis įvairių gebėjimų Lietuvos pilietis.

# 2

## Tėvų globos netekusių jaunuolių rengimas savarankiškam gyvenimui: Lietuvos ir užsienio šalių patirtis

### Paauglystės periodo psichologiniai ir socialiniai ypatumai

Dauguma tėvų globos netekusių vaikų palieka globos institucijas sulaukę pilnametystės, t. y. aštuoniolikos metų. Šis raidos periodas yra priskiriamas vėlyvajai paauglystei arba ankstyvajai jaunystei.

Paauglystė – tai raidos periodas tarp vaikystės ir suaugusiojo gyvenimo, kuris turi biologinę pradžią (tai lytinio brendimo pradžia: 13–14 metų) ir kultūros apspręstą pabaigą. Mūsų kultūroje – tai gana ilgas laiko tarpas, apimantis beveik visą dešimtmetį (nuo 11 iki 20 metų).

Psichologiniu požiūriu paauglystė – tai dvasinė būsena, gyvenimo, buvimo būdas, kuris atsiranda lytinio brendimo pradžioje ir baigiasi tada, kai individas tampa nepriklausomas savo poelgiuose, t. y. tada, kai jis socialiai ir emocionaliai subręsta ir turi būtina patyrimą, gebėjimą ir norą priimti suaugusiojo vaidmenį (*Stone, Church; cit. pgl. M. Kle, 1991*). Pokyčiai paauglystės metu apima keturias pagrindines sritis: kūną, mąstymą, socialinį gyvenimą bei savęs vaizdą. Paauglystėje organizmas patiria daugybę pokyčių, kurie turi gilų poveikį asmens biologinei, psichologinei ir socialinei raidai: paauglystės metu vyksta žymūs kūno pokyčiai, kiekybiškai ir kokybiškai keičiasi pažintiniai gebėjimai, atsiranda abstraktaus mąstymo branda, Socialinės raidos pokyčiai vyksta dviem pagrindiniais keliais: išsilavinimas iš tėvų globos

ir naujų santykių su bendraamžiais kūrimas. Savęs vaizdo raidai yra būdinga tai, jog atsiranda nauja subjektyvi realybė – *tapatumas*, kuris yra seksualinių, kognityviųjų ir socialinių transformacijų kūrinys. Paauglystės metu individas mokosi geriau suprasti aplinką, užmegzti artimesnius santykius su bendraamžiais, palengva išsilaisvinti iš tėvų įtakos.

Ankstyvoji jaunystė arba vėlyvoji paauglystė yra sudėtingas pereinamasis periodas prieš suaugusiųjų gyvenimą bei pasirengimo savarankiškam gyvenimui metas. Pereinant į suaugusiųjų gyvenimą, vyksta judėjimas nuo vaikystės, su šiam raidos amžiui būdinga priklausomybe nuo šeimos ir bendraamžių, prie suaugusiųjų statuso, kur svarbiausiais uždaviniais tampa:

- intymių tarpasmeninių santykių užmezgimas;
- šeimos sukūrimas ir motinystės/tėvystės patirtis;
- įsidarbinimas, karjeros planavimas;
- namų ūkio valdymas ir kt.

## **Globojamų jaunuolių savarankiško gyvenimo pradžios ypatumai**

Tėvų globos netekusių vaikų, kurie užaugo globos institucijoje, savarankiško gyvenimo pradžia būna ypatingai sunki. Tai sąlygoja keletas veiksnių:

1. Dauguma globojamų vaikų patyrė skausmingus išgyvenimus ankstyvoje vaikystėje, buvo atskirti nuo biologinių šeimų, prarado šeimos ir socialinės paramos tinklus. Daug tėvų globos netekusių vaikų yra išgyvenę artimų žmonių netektis, kas atsiliepia jų emocinei raidai ir sukelia stiprų nesaugumo jausmą. Tėvų globos netekęs paauglys, augantis globos institucijoje, susiduria ne tik su paauglystės laikotarpiui būdingais iššūkiais, bet ir su kitais sunkumais, kuriuos jis turi įveikti: skausmingą patyrimą po atsiskyrimo nuo šeimos, susitaikyti su patirta prievarta ar netektimi ir įveikti patirtą psichologinę traumą, prisitaikyti prie naujos gyvenamosios aplinkos, užmegzti



ir palaikyti santykius su kartu gyvenančiais vaikais, priimti naują gyvenimo būdą ir kt.

2. Yra įprasta manyti, jog persikraustymas gyventi į atskirą būstą yra vienas iš svarbiausių žingsnių į savarankišką gyvenimą. Tačiau šiuolaikinėje visuomenėje daugelis jaunų žmonių, ypač studijuojančių, gyvena kartu su savo tėvais. Perėjimas prie savarankiško gyvenimo vyksta labai lėtai ir nuosekliai. O tuo tarpu globojamiems jaunuoliams perėjimas į savarankišką gyvenimą yra labai staigus: daugeliu atvejų jie turi palikti globos namus ir įveikti visus suaugusiųjų gyvenimo iššūkius iš karto, sulaukus aštuoniolikos metų.
3. Gyvendamas šeimoje vaikas palengva mokosi visų svarbiausių gyvenimo įgūdžių: tvarkytis buityje, gamintis valgį, rūpintis savo higiena ir sveikata, prižiūrėti savo drabužius ir atlikti kitus namų ruošos darbus. Dauguma tėvų nuo pat mažens vaikus pratina dirbti įvairius darbus ir ugdo vaikų savarankiškumą. Gyvendami globos institucijoje vaikai neturi sąlygų formuoti daugelį svarbių savarankiško gyvenimo įgūdžių. Deja, iki šiol dauguma globos institucijų nebuvo orientuotos į asmenybės kaip savarankiško ir brandaus visuomenės nario formavimą.
4. Gyvendami šeimose vaikai jaučiasi saugūs, nes savo kelyje į savarankišką gyvenimą jie visada sulauks tėvų palaikymo, patarimų ir pagalbos. Deja, tėvų globos netekę jaunuoliai neturi tokių paramos šaltinių. Be to, labai dažnai į globos namus patekę vaikai stokoja konstruktyvių socialinių įgūdžių bei patiria sunkumų, kuriant ir mezgant santykius su bendraamžiais iš šeimų. Todėl yra nemaža jų socialinės atskirties tikimybė, ypač kai jie paliks globos institucijas ir pradės gyventi savarankiškai.

*Kad tėvų globos netekusių vaikų perėjimas į suaugusiųjų gyvenimą nebūtų skausmingas ir sunkus, reikalingas nuoseklus, tęstinis, vaiko poreikius ir brandą atitinkantis savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymas.*

## **Praktinių gyvenimo įgūdžių ugdymas**

Tikriausiai sunku įsivaizduoti gerą parengimą savarankiškam gyvenimui be praktinių gyvenimo įgūdžių ugdymo, kaip antai maisto gaminimas, drabužių priežiūra, gyvenamosios aplinkos tvarkymas, savęs priežiūra, apsipirkimas parduotuvėje ir pan. Kai kuriuose užsienio šalyse (Jungtinėse Amerikos Valstijose, Didžiojoje Britanijoje ir kitose) veikia tam tikros organizacijos, kurios teikia specializuotas savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo paslaugas. Yra sukurta ne viena gyvenimo įgūdžių ugdymo programa skirtingo amžiaus vaikams ir jaunuoliams.

Sėkmingai veikti visuomenėje padeda ir turima psichosocialinė kompetencija – t. y. sugebėjimai efektyviai susidoroti su kasdienio gyvenimo reikalavimais ir iššūkiais. Tai yra asmens gebėjimai palaikyti gerą emocinę sveikatą, demonstruoti adaptyvų ir pozityvų elgesį, sąveikaujant su savimi ir aplinka. Psichosocialinės kompetencijos pagrindą sudaro tokie gyvenimo įgūdžiai kaip sprendimų priėmimas, problemų sprendimas, kūrybiškas mąstymas, kritinis mąstymas, efektyvus bendravimas, tarpasmeninių santykių įgūdžiai, tinkama emocijų raiška, streso įveikimas ir kt<sup>1</sup>.

## **Išmokytų bendraamžių parama**

Kadangi jaunuoliams, kurie iki pilnametystės augo globos institucijoje, savarankiško gyvenimo pradžioje yra labai reikalinga parama ir palaikymas, kai kuriose užsienio šalyse (Didžiojoje Britanijoje, Australijoje ir kitose) tokią paramą jaunuoliams teikia patys buvę globotiniai, jau pradėję gyventi savarankiškai. Tokie asmeniniai patarėjai arba konsultantai specialiai mokomi ir vėliau dirba su vienu ar keliais asmenimis, besiruošiančiais pradėti savarankišką gyvenimą. Jų bendravimas tęsiasi ir jaunuoliui pradėjus gyventi savarankiškai. Kaip rodo užsienio patirtis, tokių asmeninių konsultantų programos

---

<sup>1</sup> World Health Organization (WHO) (1993). Life Skills Education For Children and Adolescents in Schools. Programme on Mental Health. Geneva.

yra labai sėkmingos. Asmeniniai konsultantai turi labai panašią gyvenimo patirtį, jiems lengviau užmegzti ryšį su tėvų globos netekusiu jaunuoliu, be to, jie turi vertingą asmeninę savarankiško gyvenimo patirtį. Konsultantai ne tik dalijasi patirtimi ir patarimais, bet ir padeda susidoroti su daugeliu praktiškų dalykų, pvz., susirasti tinkamą būstą, persikraustyti, atidaryti sąskaitą banke, suplanuoti savo išlaidas ir pajamas ir pan.

### **Pasirengimo savarankiškam gyvenimui pradžia**

Įvairių užsienio autorių, vertinusių vaikus savarankiškam gyvenimui rengiančių programų, duomenimis, pasirengimas perėjimui į savarankišką gyvenimą turėtų prasidėti anksti – mažiausiai 12 mėnesių prieš planuojamą išėjimą iš globos institucijos, šeimos ar globėjų šeimos. T. y. rengimas savarankiškam gyvenimui turėtų prasidėti ankstyvosiose globos stadijose ir tęstis tol, kol vaikas pradės gyventi savarankiškai. Jaunuoliui, pradėjus gyventi savarankiškai, reikalinga tęstinė priežiūra, konsultavimas ir palaikymas. Deja, neretai apie jaunuolio rengimą savarankiškam gyvenimui pradama galvoti tik artėjant jo pilnametystei, kai iš tikrųjų laiko lieka labai mažai. Juk pasirengimas gyventi savarankiškai, tai ne tik būstas ir reguliarios pajamos, bet ir gebėjimas tvarkingai planuoti pajamas ir biudžetą, rūpintis savimi ir savo buitimi, palaikyti bent minimalius socialinius santykius. Asmuo, išėjęs gyventi savarankiškai, turėtų mokėti prisiimti atsakomybę už savo veiksmus, numatyti trumpalaikius ir ilgalaikius tikslus bei mokėti jų siekti. Kitaip sakant, tai turėtų būti brandus, pakankamą asmeninę ir socialinę kompetenciją turintis žmogus, gebantis įveikti gyvenimo sunkumus bei produktyviai veikti visuomenėje. Šių gebėjimų ugdymas ir vystymas yra ilgalaikis procesas, todėl reikėtų kuo anksčiau pradėti galvoti apie vaiko savarankiškumo ugdymą.

## **Globos forma ir kontekstas**

Nekyla abejonių, kad tėvų globos netekusio vaiko, gyvenančio globos institucijoje, šeimynoje ar globėjų šeimoje rengimas savarankiškam gyvenimui skiriasi. Gyvendamas globėjų šeimoje vaikas, kaip ir bet kuris kitas šeimoje gyvenantis vaikas, natūraliai perima šeimyninio gyvenimo vertybes ir išmoksta reikalingų praktinių įgūdžių. Globos organizavimas šeimynose taip pat yra labai palankus. Bendras vaikų skaičius šeimynoje turi būti ne didesnis nei dvylika vaikų, o pats globos organizavimas orientuojamas į šeimos gyvenimo modelį. Vaikai turi galimybę matyti teigiamus suaugusiųjų elgesio modelius, prisiimti atsakomybę už tam tikrų veiklų atlikimą, lavinti savo darbo įgūdžius, globėjams padedant išmokti susidoroti su įvairiomis gyvenimo problemomis. Sunkiausia pasirengti savarankiškam gyvenimui yra tiems vaikams, kurie auga globos institucijose. Siekiant kuo geriau parengti vaikus, globojamus institucijose, socialinei integracijai ir savarankiškam gyvenimui, reikalingas tęstinis intensyvus darbas organizuojant įvairių specialistų konsultacijas, grupinius įvairių įgūdžių lavinimo užsiėmimus, praktinį įvairių gebėjimų ugdymą ir įtvirtinimą bei savarankiško gyvenimo įgūdžių įvertinimą.

## **Raidos ypatumai**

Kaip jau buvo minėta, pasirengimas savarankiškam gyvenimui turėtų prasidėti kuo ankstesnėse globos stadijose ir atitikti vaiko raidos ypatumus.

Lentelėje pateikėme pagrindines vystymosi stadijas nuo vaikystės iki vidurinėsios paauglystės ir gaires tam tikriems įgūdžiams lavinti.

1 lentelė. Raidos stadijos vaikystėje ir paauglystėje<sup>2</sup>

	<i>Socialinis kontekstas</i>	<i>Pažinimas</i>	<i>Savęs vaizdas</i>
<b>Ankstyvoji vaikystė</b> 4–6 metai	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dominuoja namų aplinka;</li> <li>• pagrindinė sąveika tarp vaiko ir tėvų (globėjų)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pasirenka iš daugybės idėjų;</li> <li>• paaiškina, kodėl koks nors dalykas nėra teisingas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• perdėtai gerai vertina savo gebėjimus</li> </ul>
<b>Vidurinioji vaikystė</b> 7–10 metai	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pereinama nuo namų į platesnį socialinį kontekstą;</li> <li>• lavėja darbštumo, stropumo jausmas;</li> <li>• mokomasi bendradarbiauti su vaikais ir suaugusiais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pradeda sąmoningai planuoti, koordinuoti veiksmus, vertinti progresą;</li> <li>• pasikliaudamas įvertinimu ir apmąstymais koreguoja planus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10 metų jau sugeba vertinti savo gebėjimus, pasiekimus ir klaidas;</li> <li>• plėtojasi savęs pažinimas</li> </ul>
<b>Ankstyvoji paauglystė</b> 11–14 metų	<ul style="list-style-type: none"> <li>• įgyja didesnę savarankiškumą;</li> <li>• daugiau dėmesio skiria bendraamžiams;</li> <li>• supranta kitų žmonių poziciją</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• galvoja apie trumpalaikes ir ilgalaikes pasekmes;</li> <li>• rutuliojasi abstraktaus mąstymo gebėjimai, sugebėjimas skirti hipotezes ir faktus;</li> <li>• vis labiau geba atkurti informaciją ir panaudoti ją naujoms problemoms spręsti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• plėtojasi savęs kaip nepriklausomo asmens vaizdas ir jausmas</li> </ul>

<sup>2</sup> Eccles, 1999; Crawford, Bodine, 1997.

	<i>Socialinis kontekstas</i>	<i>Pažinimas</i>	<i>Savęs vaizdas</i>
Vidurinioji paauglystė 15–17 metų	<ul style="list-style-type: none"> <li>• atsiskyrimas nuo tėvų</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• atsiranda problemų sprendimo gebėjimai;</li> <li>• bando nuspręsti, kuri alternatyva yra geriausia;</li> <li>• sugeba atpažinti nekontroliuojamus veiksnius;</li> <li>• žino išorinius teisingumo standartus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tęsiasi savęs kaip nepriklausomo asmens vaizdo plėtojimas</li> </ul>

### **Turi būti ugdomi įvairūs gebėjimai**

Visapusiškai pasiruošęs savarankiškam ir socialiniam gyvenimui asmuo turi ne tik mokėti patenkinti savo esminius poreikius (pasirūpinti savo sveikata, pajamomis, buitimi ir pan.), bet ir tapti pilnaverčiu visuomenės nariu. Užsienyje atliktų tyrimų duomenimis, parengimas savarankiškam gyvenimui turėtų būti kompleksinis; vienodai svarbūs turėtų būti praktiniai, ir emociniai bei tarpasmeninio bendravimo įgūdžiai<sup>3</sup>.

Australijoje našlaičių ir tėvų globos netekusių asmenų globą reglamentuojantys įstatyminiai aktai apibrėžia tokius savarankiško gyvenimo gebėjimus ir dėmenis<sup>4</sup>:

- mokėjimą užmegzti, palaikyti ir plėsti socialinius santykius;
- siekimą aukštesniojo išsilavinimo, profesijos įgijimą, pozityvų įsijungimą į darbinę veiklą;

<sup>3</sup> Independent Minimum Living Standards Recommended For Children In Care. OPPAGA. Report No. 04-78. November, 2004.

<sup>4</sup> Leaving Care: Options and Recommendations Paper for Consultation. Department of Human Services. Melbourne, 2002.

- praeities trauminių situacijų įveikimą ir integravimą į bendrą patyrimą;
- geros emocinės sveikatos palaikymo įgūdžius;
- gebėjimus pasirūpinti savo higiena, sveikata, buitimi, finansais, biudžeto planavimu, banko sąskaitomis ir kt.

Remiantis pagrindiniu Didžiosios Britanijos įstatymu, kuris apibrėžia našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų gyvenimą globai pasibaigus (įstatymo pavadinimas – „*Children (Leaving Care) Act, 2000*“, liet. „Vaikų globos baigtumo aktas“), buvęs vaikų globos namų globotinis ar globėjų šeimos narys, pradėjęs gyventi savarankiškai, privalo:

- mokėti apsipirkti parduotuvėje;
- mokėti pasiruošti maistą;
- mokėti skalbti, siūti ir pasitaisyti drabužius, atlikti kitus namų ruošos darbus;
- mokėti atlikti įvairius buities darbus (pvz., pakeisti saugiklius);
- mokėti suteikti pirmąją pagalbą ir laikytis namie saugumo taisyklių;
- turėti supratimą apie pajamas, reikalingas pragyvenimo minimumui, pagrindinių maisto produktų ir namų apyvokos daiktų rinkos kainas;
- tvarkyti namų ūkio biudžetą, įskaitant visas gaunamas mėnesines pajamas ir išlaidas;
- mokėti sveikai gyventi, rūpintis asmenine higiena;
- turėti supratimą apie lytinį gyvenimą, įskaitant kontracepciją ir pasirengimą tėvystei;
- mokėti pasieškoti darbo ir pasiruošti pokalbiui su darbdaviu;
- suprasti darbuotojo pareigas ir atsakomybę;
- siekti įgyti aukštąjį arba profesinį išsilavinimą, susipažinti su studijų galimybėmis;
- gebėti pasieškoti būsto;
- žinoti, kaip užsirašyti pas gydytoją;
- žinoti, į ką kreiptis skubios pagalbos ypatingais atvejais (policiją, gaisrinę, greitąją medicininę pagalbą);

- pasieškoti ir pasinaudoti bendruomenės ištekliais ir paslaugomis;
- susisiekti su socialinių paslaugų skyriumi ir kitomis socialines paslaugas teikiančiomis institucijomis;
- susisiekti su organizacijomis, kurios teikia pagalbą buvusiems globotiniams arba tebeglobojamiems žmonėms.

Analizuojant kitų šalių patirtį, galima dar paminėti biudžeto planavimo ir pinigų valdymo įgūdžių formavimą, pomėgių ir interesų skatinimą, siekiant išvengti socialinės atskirties, savisaugos įgūdžių ugdymą, pasitikėjimo savimi ir asmenybės brandos stiprinimą ir kt.

### **Vaikų ir jaunuolių motyvacija**

Kai kurie jaunuoliai, augantys globos institucijose, gali manyti, jog jie turi visus jiems reikalingus savarankiško gyvenimo įgūdžius ir žinias, todėl siūlomi užsiėmimai ir specialistų konsultacijos jiems gali atrodyti nereikalingi. 2005 metais LR Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos užsakymu atlikto tyrimo duomenimis, daugiau nei du trečdaliai tyrime dalyvavusių globos institucijose globojamų vaikų (14–18 metų) nurodė, jog jie laukia to laiko, kai taps pilnamečiai ir pradės savarankišką gyvenimą<sup>5</sup>. Ketvirtadalis respondentų jautėsi pasirengę gyventi savarankiškai.

Dirbant su tėvų globos netekusiais vaikais ir paaugliais, reikėtų turėti omenyje tai, jog dalis jaunuolių labai skeptiškai žiūrės į siūlomą jiems pagalbą ir paramą, rengiantis išeiti iš globos namų. Kai kuriems asmenims savarankiškas gyvenimas asocijuojasi tik su laisve ir neribotomis galimybėmis. Informacija apie įvairius rizikos veiksnius ir galinčius iškilti sunkumus yra selektyviai atmetama. Motyvuojant jaunuolius atsakingiau pasirengti savarankiško gyvenimo pradžiai, galima pasiūlyti atlikti įvairias praktines užduotis

<sup>5</sup> Tėvų globos netekusių asmenų gyvenimo kokybės ir pasirengimas savarankiškam gyvenimui. Tyrimo ataskaita. LR socialinės apsaugos ir darbo ministerija, UAB „Factus Dominus“. 2005, Kaunas.



(pvz., sumodeliuotoje situacijoje dalyvauti pokalbyje dėl darbo, apsipirkti parduotuvėje, turint tam tikrą pinigų sumą, paruošti pietus iš pasirinktų produktų, užpildyti mokėjimo sąskaitą ir pan.). Susidūrimas su gyveniškomis situacijomis gali paskatinti jaunuolius labiau susimąstyti apie turimų žinių ir įgūdžių spragas tam tikrose srityse. Savo savarankiško gyvenimo pradžios patirtimi galėtų pasidalinti jaunuoliai, jau pradėję savarankišką gyvenimą. Jie galėtų papasakoti apie gyvenimo sunkumus, kuriuos turėjo įveikti ir kaip geriau pasiruošti įvairioms nepriklausomo gyvenimo situacijoms ir reikalavimams.

## **Darbas su biologinėmis šeimomis**

Užsienyje atliktų tyrimų duomenimis, jaunuolių, ilgus metus praleidusių globos institucijose, ryšys su biologine šeima laikui bėgant silpnėjo. (*Millham ir kt. 1986; Berridge and Cleaver 1987; cit. pgl. Stein M., Wade J., 2000.*).

Tačiau nemažai jaunuolių, kai jiems sukaks aštuoniolika metų, paliks vaikų globos institucijas ir grįš į savo biologines šeimas. Todėl svarbu įtraukti ir šeimos narius į vaiko parengimą savarankiškam gyvenimui. Darbas su šeima turėtų prasidėti gerokai anksčiau, nei baigiasi globa globos institucijoje ar šeimynoje. Savarankiško gyvenimo pradžioje taip reikalingą paramą jaunuoliui galėtų suteikti ir jo biologinė šeima, todėl svarbu užtikrinti kokybišką tęstinį socialinį ir psichologinį darbą su socialinės rizikos šeimomis.

Šeimai turėtų būti suteiktos žinios, kaip užmegzti ir palaikyti gerą emocinį ryšį su jaunuoliu, kaip suteikti jam paramą savarankiško gyvenimo pradžioje; svarbu ugdyti šeimos narių geros tėvystės nuostatas ir įgūdžius.

Net jei santykiai su šeimos nariais negrįžtamai nutrūko, padėti ir paremti jaunuolį vienu iš sudėtingiausių jo gyvenimo periodų gali kiti giminaičiai. Neabejotina, kad bet kokie ryšiai su šeima stiprina vaikų stabilumo ir saugumo jausmą.

## Pačių jaunuolių įtraukimas į savarankiško gyvenimo planavimą

Australijoje atlikto tyrimo duomenimis, vienas iš svarbiausių jaunuolių pageidavimų, kad jie patys būtų aktyviau įtraukiami, planuojant jų savarankišką gyvenimą. Kalbama apie tai, jog reikėtų vengti planuoti jaunuolio savarankišką gyvenimą neįtraukiant jo paties, pvz., surasti tokią gyvenamąją vietą buvusiam globotiniam, kuri neatitinka jo lūkesčių ar poreikių, nuspręsti už patį jaunuolį, jog jis jau pasirengęs gyventi savarankiškai ir išleisti jį į suaugusiųjų pasaulį be jokio palaikymo ir paramos. Tyrimė<sup>6</sup> dalyvavę jauni žmonės taip pat pageidavo, kad būtų galima atidaryti banke sąskaitą, kurioje jie galėtų kaupti pinigus savarankiško gyvenimo pradžia.

Patį jaunuolį reikėtų skatinti iš anksto planuoti savo savarankišką gyvenimą, atsižvelgti į savo interesus, lūkesčius ir galimybes, aktyviai įsitraukti į numatytų tikslų siekimą (pvz., jei globotinis norėtų dirbti tam tikroje profesinėje srityje, reikėtų iš anksto pasidomėti, kokių žinių ir įgūdžių reikės šiam darbui, kokie mokykloje dėstomi dalykai yra ypač reikalingi norimai profesijai, kokių dalykų pažymys yra svarbus, stojant mokytis pasirinktos profesijos, kokių papildomų pamokų reikėtų, norint gauti geresnį pažymį ir pan.). Sunkumai atsiranda tuomet, kai globojami vaikai nežino, ką jie norėtų studijuoti, yra abejingi savo būsimam darbui, socialiniam gyvenimui, gyvenimo kokybei. Turėtume suprasti ir tokią padėtį, kai, artėjant pilnametystei, jaunas žmogus yra sutrikęs, aiškiai neįsivaizduoja savo tolimesnio gyvenimo, todėl jam gali prireikti ne tik laiko, bet ir pagalbos, kad susigaudytų, ko jam reikia, ko nori ir ką gali. Pagalbą galėtų pasiūlyti psichologas, socialinis darbuotojas, profesinio orientavimo specialistas.

---

<sup>6</sup> Leaving Care: Options and Recommendations Paper for Consultation. Department of Human Services. Melbourne, 2002.

## **Savarankiško gyvenimo vadovas**

Labai vertinga užsienio šalių praktika yra įvairių leidinių rengimas jauniems asmenims, kurie iki pilnametystės buvo globojami, o dabar pradeda savarankišką gyvenimą. Paprastai tokiuose leidiniuose jaunuoliams priimtina ir patrauklia forma išdėstoma informacija apie tai, kokios jiems priklauso socialinės garantijos, kokios yra būsto ir darbo paieškos galimybės, kur kreiptis, iškilus įvairiems socialiniams, teisiniams, psichologiniams sunkumams, kokia yra sveikatos priežiūros paslaugų sistema ir pan. Leidiniuose dažnai pateikiami atsakymai į labiausiai rūpimus klausimus buvusiems globotiniams, kurie pradeda savarankišką gyvenimą.

### **Globėjų ir vaikų globos institucijų kvalifikacijos kėlimas**

Kai kuriose užsienio šalyse (pvz., Jungtinėje Karalystėje) yra specializuoti centrai, kuriuose specialistai pagal paruoštas programas moko vaikus reikalingų savarankiško gyvenimo įgūdžių, suteikia žinių. Lietuvoje šį darbą tenka atlikti patiems globėjams arba socialinę globą teikiančioms institucijoms.

Siekiant geresnės paslaugų tėvų globos netekusiems asmenims kokybės ir geresnio vaikų parengimo savarankiškam gyvenimui, svarbu sudaryti sąlygas globėjams, globos institucijų darbuotojams, kitiems specialistams, dirbantiems su tėvų globos netekusiais asmenimis, dalyvauti įvairiuose mokymuose ir kvalifikacijos kėlimo užsiėmimuose (praktiniuose ir teoriniuose seminaruose, konferencijose ir pan.) apie vaikų rengimą savarankiškam gyvenimui.

### **Būtina įtraukti įvairių specialistų**

Parengimas savarankiškam gyvenimui bus veiksmingesnis, jei į jį įsitrauks kuo daugiau asmenų iš vaiko artimos aplinkos. Dalijantis

funkcijomis ir atsakomybe, galima suorganizuoti įvairiapusių gebėjimų ugdymą ir paramos užtikrinimą. Siūloma, jog į tėvų globos netekusių vaikų parengimą savarankiškam gyvenimui įsitrauktų ne tik socialiniai darbuotojai, vaikų priežiūros darbuotojai, auklėtojai, tiesiogiai dirbantys su vaikais ir besirūpiną jų ugdymu ir priežiūra, bet ir kiti specialistai. Pedagogų pagalba labai reikalinga, įveikiant įvairius mokymosi sunkumus, ruošiantis baigiamiesiems ir stojamiesiems egzaminams, gerinant akademinį pažangumą. Psichologas padeda įveikti patirtas psichologines traumas, skatina pasitikėjimą savimi, ugdo geros emocinės sveikatos palaikymo įgūdžius, lavina bendravimo gebėjimus, koreguoja netinkamą elgesį ir formuoja pozityvaus elgesio modelius. Profesinio orientavimo specialistas įvertina gebėjimus ir profesinį tinkamumą, padeda apsispręsti ir pasirinkti tolimesnį profesinį kelią, skatina įsisąmoninti ir suprasti savo lūkesčius ir galimybes. Sveikatos priežiūros specialistai padeda formuoti pozityvius sveikos gyvensenos įgūdžius, stiprina atsakomybę už savo sveikatą. Teisinio konsultavimo specialistas suteikia žinių apie tėvų globos netekusiems asmenims teikiamas socialines garantijas ir lengvatas, padeda suprasti ir įsisąmoninti savo, kaip Lietuvos Respublikos piliečio, teises ir pareigas, konsultuoja įvairiais teisiniais klausimais.

Į tėvų globos netekusių asmenų parengimą savarankiškam gyvenimui turėtų įsitraukti ne tik įvairių žinybų specialistai, bet ir žmonės iš vaikui artimos aplinkos: šeimos nariai (tėvai, broliai, seserys), giminės, draugai, t. y. tie žmonės, kurie galėtų suteikti paramą (emocinę, finansinę, socialinę) pradedančiajam savo nepriklausomą gyvenimą.

*Nė vienas jaunuolis neturėtų išeiti iš globos namų nepasirengęs gyventi savarankiškai. Už savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymą atsakingi specialistai, globėjai ir kiti vaikui artimi žmonės.*

## Socialinės atskirties ir skurdo prevencija

Rengiant vaikus savarankiškam gyvenimui, ypatingas dėmesys turėtų būti skiriamas, siekiant apsaugoti juos nuo socialinės atskirties. Jau minėjome, jog globos institucijose augantis jaunimas yra rizikos grupė, galinti patirti socialinę atskirtį, nepritapti visuomenėje, rizikingai elgtis. Siekiant apsaugoti tėvų globos netekusius asmenis nuo galimos socialinės atskirties, didelis dėmesys turėtų būti skiriamas jų socialinių gebėjimų lavinimui, socialinės kompetencijos ir psichikos atsparumo stiprinimui. Ugdant šias savybes, siūloma ne tik organizuoti specialius grupinius užsiėmimus ir specialistų konsultacijas, bet ir patiems darbuotojams bei globėjams palaikyti pozityvius emocinius santykius su globotinieais, rodyti jiems konstruktyvius bendravimo būdus, skatinti užmegzti naujus santykius su bendraamžiais už globos namų bendruomenės ir tokiu būdu plėsti savo socialinį tinklą. Planuojant jaunuolio išėjimą į savarankišką gyvenimą, svarbu surinkti informaciją apie jo turimus neformalios paramos išteklius bei įvertinti jo gebėjimus palaikyti ilgalaikius santykius. Tai yra svarbi informacija apie jaunuolio socialinės reintegracijos galimybes.

Užsienyje atlikti tyrimai rodo, kad buvę globotiniai turi žemesnį išsilavinimą ir tarp jų yra daugiau bedarbių. Kova su skurdu gali suintensyvinti jaunuolių atskirtį, jie gali neįstengti jo įveikti. Tai gali sąlygoti įvairių socialinių ir psichologinių problemų atsiradimą (namų neturėjimą, kriminalinį elgesį, asocialų elgesį ir pan.). Prastesni akademinio pažangumo rezultatai taip pat apriboja jaunuolių, iki pilnametystės augusių globos institucijose, tolimesnes karjeros galimybes. Todėl labai svarbu, kad jaunuoliai mokėtų ir galėtų patys finansiškai išsilaikyti tada, kai pradės gyventi savarankiškai. Vienas iš skurdo prevencijos būdų yra maksimaliai padidinti jaunuolių galimybes mokykloje. Svarbūs ir jaunų žmonių gebėjimai planuoti savo pajamas ir išlaidas, siekti ne tik trumpalaikių, bet ir ilgalaikių tikslų.

Svarbu užtikrinti, kad jaunuoliai gautų aišką ir išsamią informaciją apie socialinės paramos galimybes po pilnametystės. Juk kartais atsitinka taip, jog asmenys, palikdami globos institucijas, net nežino,

kaip pasinaudoti jiems skiriama valstybės parama, į kurias institucijas kreiptis ir pan.

Planuojant jaunuolio išėjimą į savarankišką gyvenimą būtina įvertinti jo finansinius poreikius ir finansinius resursus.

## Santykių tęstinumas

Daug tėvų globos netekusių vaikų praleidžia globos institucijose ne vienerius metus, dalis vaikų – nuo kelerių iki dešimties metų. Per šį laikotarpį susiformuoja tam tikri santykiai tarp vaikų ir juos prižiūrinčių, su jais dirbančių žmonių. Šie santykiai teikia vaikams saugumo ir stabilumo jausmą, todėl svarbu, kad susiformavę ryšiai staigiai nenutrūktų po to, kai globotiniams sukanka aštuoniolika metų ir jie pradeda savo savarankišką gyvenimą. Deja, kartais atsitinka taip, jog globos institucijų personalas neturi jokių žinių apie savo buvusius globotinius. Ryšių su buvusiais globotiniais tęstinumas leidžia užtikrinti bent mažiausią priežiūrą ir paramą tėvų globos netekusių jaunuolių savarankiško gyvenimo pradžioje bei leidžia įvertinti jaunuolių parengimo savarankiškam gyvenimui kokybę ir rezultatus. Kadangi tėvų globos netekę vaikai yra patyrę nė vieną skausmingą išsiskyrimą ir netektį, jiems yra labai svarbu žinoti, kad nuoširdžiai užsimezgę santykiai su visais ar keletu globos institucijų darbuotojų nenutrūks ir tęsis net ir tada, kai jiems ateis laikas palikti vaikų globos namus.

Deja, dalis jaunuolių patys nėra motyvuoti palaikyti ryšius su globos institucija, kurioje jie augo. Svarbu turėti omenyje, jog galimybė palaikyti ryšius su buvusiais globotiniais priklauso ir nuo teigiamo patyrimo globos metu bei nuo santykių su globėjais ar institucijos personalu kokybės. Natūralu, jog jei gyvenimas globos institucijoje vaikui siejosi vien su neigiamais išgyvenimais ir jam nepavyko užmegzti reikšmingų ir pasitenkinimą teikiančių santykių nei su vienu suaugusiuoju, tai sunku tikėtis iš jo didelio noro bendrauti paskui, kai jis išeis iš globos namų. Tėvų globos netekusio vaiko emoci-

sveikata ir santykių su juo kokybe reikėtų rūpintis jau nuo pat jo atvykimo į globos namus.

Reikia turėti omenyje ir tai, jog dažnam jaunuoliui savarankiško gyvenimo pradžioje gali būti būdingas dvilypumas (ambivalencija), kuris pasireiškia tuo, kad jauni žmonės nori patys tvarkytis su savo sunkumais ir atsisako pagalbos net tuomet, kai, objektyviai vertinant, pagalba yra labai reikalinga.

Teikiant pagalbą tėvų globos netekusiems jaunuoliams, galima atsižvelgti į šiuos siūlymus:

- pagalba turėtų būti iš anksto suplanuota ir aptarta kartu su pačiais jaunuoliais;
- parama turėtų būti proaktyvi, t. y. ne tik reaguojanti į krizę;
- parama turėtų būti lanksti, atsižvelgiant į jaunuolių poreikių įvairovę;
- parama turėtų būti kompleksiška ir skirta tenkinanti jaunuolio praktinius, finansinius ir emocinius poreikius.

## **Ugdymo stiliaus ypatumai**

Vienos užsienyje atliktos studijos duomenys parodė, jog yra ryšys tarp globojamų jaunuolių parengimo savarankiškam gyvenimui kokybės ir praktinių įgūdžių lavinimo, t. y. geriau buvo įvertintos tos savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programos, pagal kurias buvo ugdomi konkretūs praktiniai gyvenimo įgūdžiai. Taip pat buvo pastebėtas svarbus ryšys su įgūdžių ugdymo stiliaus ypatumais. Geriausiai buvo įvertintas toks ugdymo stilius, kai patys jaunuoliai turėjo galimybę aktyviai dalyvauti mokantis įvairių gebėjimų, nepriklausomai nuo to, ar mokymas vyko individualiai, ar grupėse (*Lynes and Goddard 1995; cit. pgl. Stein M., Wade J., 2000.*). Užsienyje atlikti tyrimai taip pat rodo, jog geriau savarankiškam gyvenimui yra pasiruošę jaunuoliai, augusieji nedideliose globos namuose, kuriuose sąlygos priminė šeimos modelį. Be to, tarp pačių globotinių ir globotinių bei personalo vyravo šilti, stabilūs santykiai (*Sinclair and Gibbs 1998; cit. pgl. Stein M., Wade J., 2000.*).

## **Jaunimo su negalia parengimo savarankiškam gyvenimui ypatumai**

Ypatingas dėmesys turėtų būti skiriamas jaunuoliams, turintiems psichikos ar/ir fizinių negalių. Net sulaukusių pilnametystės šių jaunuolių savarankiškumas gali būti ženkliai apribotas ir neįmanomas be specialios priežiūros. Planuojant šių vaikų išėjimą į savarankišką gyvenimą, būtina iš anksto numatyti, kokios papildomos paslaugos jiems bus reikalingos, ar jie galės gyventi savarankiškai, ar bus reikalinga nuolatinė priežiūra ir pan. Net jei vaikas lengvai protiškai atsilikęs, svarbu labai kruopščiai įvertinti jo savarankiškumo įgūdžius, nes nuo to labai priklausys jo tolimesnio gyvenimo kokybė.

### **Nenumatytų (krizinių) atvejų planavimas**

Jaunuoliai, kurie iki pilnametystės augo globos institucijose savarankiško gyvenimo pradžioje turi įveikti daugybę rimtų uždavinių – įsikurti naujame būste, įsidarbinti, išmokti planuoti finansus, užmegzti naujus santykius ir pan. Suprantama, kad nemažai jaunų žmonių šiuo sunkiu laikotarpiu išgyvens psichologinę krizę ir sunkumus. Vienas iš būdų sušvelninti šiuos sunkumus – iš anksto numatyti galimas problemas ir jų įveikimo būdus. Sunkumai gali kilti bet kurioje jaunuolio gyvenimo srityje, pvz., prarasti darbą arba nutrūkti jam svarbūs santykiai. Pagalba buvusiems globotiniams turėtų būti labai lanksti ir subtili. Dažnai jauniems žmonėms būna sunku pripažinti savo nesėkmę ir juo labiau, kad jam reikalinga pagalba.

Užsienio šalyse (Didžiojoje Britanijoje, Australijoje ir kitose) siūloma, kad tam tikrais krizės atvejais jaunuoliai galėtų laikinai grįžti į globos namus ar prieglaudą. Aišku, dažnai pats jaunuolis nenori grįžti į globos namus ir ieško kitų pagalbos būdų. Bet kuriuo atveju krizę išgyvenančiam ir patiriančiam įvairių sunkumų jaunuoliui, turėtų būti laiku suteikta profesionali pagalba.



Apibendrinant užsienyje rengtų programų ir atliktų tyrimų duomenis, dar galima paminėti tokias rekomendacijas:

- Siūloma laikytis holistinio požiūrio ir į parengimo savarankiškam gyvenimui procesą, įtraukti įvairias gyvenimo dimensijas, siekti suteikti ne tik žinių, bet ir ugdyti įgūdžius bei skiepyti pozityvias vertybines nuostatas.
- Svarbu užtikrinti palaikymą jaunuoliui jo savarankiško gyvenimo pradžioje. Jaunas žmogus jausis saugesnis, jei žinos, kad yra žmonės, į kuriuos jis gali kreiptis pagalbos ir patarimų įvairiais iškilusiais klausimais.
- Planuojant savarankiško gyvenimo pradžią, turėtų būti atsižvelgta į paties jaunuolio pasirengimo gyventi savarankiškai vertinimą. Deja, Lietuvoje ne kiekvienam jaunuoliui yra galimybių tęsti gyvenimą globos namuose ir tada, kai jam sukanka aštuoniolika metų. Tačiau, jei tai įmanoma, turėtų būti atsižvelgta.

## **Socialinės paslaugos Lietuvoje tėvų globos netekusiems vaikams, globai pasibaigus**

Remiantis LR Socialinės apsaugos ir darbo ministro įsakymu *Dėl socialinių paslaugų katalogo patvirtinimo (2006-04-05 Nr. A1-93)*, tėvų globos netekusiems vaikams yra teikiamos šios paslaugos:

### **1. Bendrosios socialinės paslaugos:**

- 1.1 *informavimas* (reikalingos informacijos apie socialinę pagalbą suteikimas asmeniui);
- 1.2 *konsultavimas* (socialinio darbuotojo teikiama paslauga, kuria kartu su asmeniu analizuojama asmens (šėimos) probleminė situacija ir ieškoma veiksmingų problemos sprendimo būdų);
- 1.3 *tarpininkavimas ir atstovavimas* (pagalbos asmeniui suteikimas sprendžiant įvairias asmens problemas (teisines, sveikatos, ūkines, buitines, tvarkant dokumentus, mokant mokes-

čius, užrašant pas specialistus, organizuojant ūkinius darbus ir kt.), tarpininkaujant tarp asmens ir jo aplinkos (kitų institucijų, specialistų, asmenų);

- 1.4 **sociokultūrinės paslaugos** (laisvalaikio organizavimo paslaugos, teikiamos siekiant išvengti socialinių problemų (prevenciniais tikslais), mažinant socialinę atskirtį, aktyvinant bendruomenę ir kurias teikiant asmenys gali bendrauti, dalyvauti grupinio socialinio darbo užsiėmimuose, užsiimti mėgstama veikla, vaikai – ruošti pamokas ir pan.).

## 2. Specialiosios socialinės paslaugos:

- 2.1 **intensyvi krizių įveikimo pagalba** (pagalbos suteikimas asmeniui, atsidūrusiam krizinėje situacijoje. Pagalba teikiama įvykio vietoje arba specialiose socialinėse įstaigose (krizių centruose));
- 2.2 **trumpalaikė socialinė globa** (teikiama vaikų socialinės globos namuose, grupiniuose gyvenimo namuose, vaikus globojančiose šeimose);
- 2.3 **ilgalaikė socialinė globa** (vaikų socialinės globos namuose, grupiniuose gyvenimo namuose, šeimynose, vaikus globojančiose šeimose).

Įsakyme nėra numatyta specializuotų socialinių paslaugų pilnameistės sulaukusiems globotiniams. Yra išskirta plati paslaugų gavėjų kategorija – socialinės **rizikos suaugę asmenys**. Socialinės rizikos suaugęs asmuo yra darbingo amžiaus asmuo, esantis socialiai atskirtas dėl to, kad elgetauja, valkatauja, piktnaudžiauja alkoholiu, narkotinėmis, psichotropinėmis ar toksinėmis medžiagomis, yra priklausomas nuo azartinių lošimų, yra įsitraukęs ar linkęs įsitraukti į nusikalstamą veiklą, yra patyręs ar kuriam kyla pavojus patirti psichologinę, fizinę ar seksualinę prievartą, smurtą šeimoje ir iš dalies ar visiškai netekęs gebėjimų savarankiškai rūpintis asmeniniu (šeimoms) gyvenimu ir dalyvauti visuomenės gyvenime. Šiai grupei yra numatytos tokios paslaugos:

## 1. Bendrosios socialinės paslaugos:

- 1.1 informavimas;
- 1.2 konsultavimas;
- 1.3 tarpininkavimas ir atstovavimas;
- 1.4 maitinimo organizavimas (pagalba asmenims (šeimoms), kurie dėl nepakankamo savarankiškumo ar nepakankamų pajamų nepajėgia maitintis savo namuose. Maitinimas gali būti organizuojamas, pristatant karštą maistą į namus, suteikiant nemokamą maitinimą valgyklose, bendruomenės įstaigose ar kitose maitinimo vietose bei išduodant maisto talonus ar sauso maisto daivinius gyventojams);
- 1.5 aprūpinimas būtiniausiais drabužiais ir avalyne;
- 1.6 sociokultūrinės paslaugos;
- 1.7 asmeninės higienos ir priežiūros paslaugų organizavimas (pagalba asmenims (šeimoms), kurie dėl nepakankamų pajamų ar skurdo negali (neturi galimybės) pasirūpinti savo higiena. Ši pagalba apima pirties (dušo) talonų išdavimą, skalbimo paslaugų organizavimą).

## 2. Specialiosios socialinės paslaugos:

- 2.1 *socialinių įgūdžių ugdymas ir palaikymas* (paslaugos, teikiamos asmenims (šeimoms) dienos metu, siekiant palaikyti ir atstatyti savarankiškumą, atliekant įvairias visuomeniniame ar asmeniniame (šeimoms) gyvenime reikalingas funkcijas);
- 2.2 *apgyvendinimas savarankiško gyvenimo namuose* (namų aplinkos sąlygų ir reikalingų paslaugų suteikimas asmenims (šeimoms), kuriems nereikia nuolatinės, intensyvios priežiūros, sudarant jiems sąlygas savarankiškai tvarkytis savo asmeninį (šeimoms) gyvenimą);
- 2.3 *laikinas apgyvendinimas* (nakvynės ir būtinųjų paslaugų (asmens higienos, buitinių) suteikimas asmenims krizių atvejais ar dėl šeimoje iškilusių problemų, dėl kurių iškyla grėsmė asmens sveikatai ar gyvybei);
- 2.4 *intensyvi krizių įveikimo pagalba*;

## 2.5 *trumpalaikė socialinė globa* (križių centruose, nakvynės namuose, psichologinės bei socialinės reabilitacijos įstaigose ir kt.).

Kartu su pilnametyste baigiasi didžioji dalis valstybės garantuojamų išlaikymo ir socialinės paramos paslaugų nepilnamečiams vaikams, gyvenantiems vaikų globos institucijose. Vaikų, sulaukusių 18 metų, teisių nebeginia LR vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymas, jiems nebegalioja LR civiliniame kodekse nustatyta teisė į valstybės išlaikymą ir LR administracinių teisės pažeidimų kodekse numatyti administracinės atsakomybės nuostatų ypatumai. Nuo pilnametystės asmenys įgyja visišką civilinį veiksnumą – teisę įgyti civilines teises ir susikurti civilines pareigas. Prasideda naujas gyvenimo etapas, kai žmogus savimi rūpintis privalo pats, prisiimdamas visišką atsakomybę už savo ateitį ir gerovės susikūrimą. Vis dėlto valstybė vaikų, išeinančių iš vaikų globos institucijų, likimo valiai nepalieka ir teikia tam tikras socialines garantijas bei lengvatas:

### 1. Socialinės išmokos ir pensijos:

- 1.1. *Globos (rūpybos) išmokos* mokamos, jei, pasibaigus vaiko globai (rūpybai) dėl pilnametystės, jis toliau nenutrūkstamai mokosi dieninėje bendrojo lavinimo mokykloje ar mokosi profesinės, aukštesniosios ar aukštosios mokyklos dieniniame skyriuje (įskaitant ir akademinį atostogų laikotarpį), nepaisant to, dirba ar ne, taip pat tuo atveju, kai yra mirę nedirbančio pilnamečio asmens abu tėvai (turėtas vienintelis iš tėvų (įtėvių), jam, kol mokosi, bet ne ilgiau kaip iki 24 metų, skiriama ir kartą per mėnesį mokama 4 MGL dydžio išmoka.
- 1.2. *Našlaičių pensija* – skiriama mirusiojo vaikams ir įvaikiams, jeigu jie yra aukštųjų, aukštesniųjų, profesinių bei bendrojo lavinimo mokyklų dieninių skyrių studentai ir moksleiviai, iki šių mokyklų baigimo, bet ne ilgiau kaip iki 24 metų.
- 1.3. *Šalpos našlaičių pensija* – skiriama ir mokama mirusiojo arba įstatymų nustatyta tvarka paskelbto mirusiu asmens vaikams

(įvaikiams), kuriems yra sukakę 18 metų ir jie mokosi aukštųjų, aukštesniųjų, profesinių bei bendrojo lavinimo mokyklų dieniniuose skyriuose, tačiau ne vyresniems negu 24 metų, neturintiems teisės gauti didesnių arba tokio pat dydžio pensijų ir/ar pensijų išmokų, nepaisant to, kad šis asmuo turi teisę gauti valstybinę socialinio draudimo našlaičių pensiją ar/ir valstybinę našlaičių pensiją už mirusį kitą iš tėvų (įtėvių), taip pat nepaisant to, kad mirusysis arba įstatymų nustatyta tvarka paskelbtas mirusiu asmuo, kurio vaikai (įvaikiai) turi teisę gauti šalpos našlaičio pensiją, iki mirties ar paskelbimo mirusiu negyveno nuolat Lietuvos Respublikoje.

## **2. Mokslas:**

2.1. *Paskolos gyvenimo išlaidoms ir dalinėms studijoms pagal tarptautines sutartis ir susitarimus.* Pirmenybė gauti valstybės paskolas gyvenimo išlaidoms ir dalinėms studijoms pagal tarptautines sutartis ir susitarimus prioriteto tvarka teikiama studentams, kuriems iki pilnametystės įstatymų nustatyta tvarka buvo nustatyta globa (rūpyba) arba kurių tėvai (turėtas vienintelis iš tėvų) yra mirę.

## **3. Būstas:**

3.1. *Vienkartinė išmoka būstui įsigyti arba įsikurti.* Asmenims, kuriems buvo nustatyta vaiko globa (rūpyba), pasibaigus vaiko globai (rūpybai) dėl pilnametystės, skiriama vienkartinė 50 MGL dydžio išmoka būstui įsigyti arba įsikurti. Vienkartinė išmoka būstui įsigyti arba įsikurti neskiriama, jei asmuo yra išlaikomas (nemokamai gauna nakvynę ir maistą) valstybės ar savivaldybės finansuojamoje įstaigoje.

## **Tėvų globos netekusių vaikų pasirengimo gyventi savarankiškam gyvenimui tyrimas**

2005 metais UAB „FACTUS DOMINUS“ ir LR socialinės apsaugos ir darbo ministerija atliko tėvų globos netekusių asmenų gyvenimo

kokybės ir pasirengimo savarankiškam gyvenimui įvertinimo tyrimą. Tyrime dalyvavo tėvų globos netekę vaikai (14–18 metų), gyvenantys vaikų globos namuose ir tėvų globos netekę pilnamečiai asmenys. Remiantis tyrimo rezultatais, daugiau kaip dešimtadalis tyrimo dalyvių nurodė, jog jie neįjutė jokio nerimo palikdami globos namus. Tuo tarpu daugiau kaip dešimtadalis respondentų nurodė, jog jie nerimavo dėl to, kad nežinojo, kur reikės gyventi, ar sugebės savimi pasirūpinti, ar nepritrūks pinigų ir pan. Daugiau nei trečdalis apklaustųjų nurodė, jog nesijautė pasirengę savarankiškam gyvenimui tuo metu, kai turėjo palikti globos namus. Trečdalis nurodė, jog „nežino“, ar buvo pasirengę gyventi savarankiškai. Mažiau nei trečdalis respondentų nurodė, kad jie buvo pasirengę pradėti savarankišką gyvenimą, išeidami iš globos namų.

Išėjusieji iš globos namų nurodė, jog išsiugdyti savarankiškumą nemažai jiems padėjo „globos namų darbuotojų rodomas pasitikėjimas“. Nurodydami, kas trukdė tapti savarankiškiems, respondentai labiausiai akcentavo tai, kad jie „negalėjo rodyti iniciatyvos, patys priimti sprendimų“ ir kad „gyvenant vaikų globos namuose nereikėjo rūpintis daugeliu dalykų (maistu, drabužiais, laisvalaikio organizavimu ir pan.)“. Penktadalis respondentų nurodė, jog jiems labiausiai trūko žinių apie „profesijos pasirinkimo galimybes“, kiek mažesnis procentas – kad jiems trūko žinių apie „darbo paieškos būdus, įsidarbinimo galimybes“ ir „žinių apie tarpusavio santykius šeimoje“. Beveik ketvirtadalis išėjusių ir savarankiškai gyvenančių buvusių auklėtinių nurodė, kad būtų tikslinga įdarbinti „specialistą, kuris konsultuotų profesijos, darbo pasirinkimo ir kitais svarbiais klausimais, padėtų spręsti bendravimo, mokymosi sunkumus, teiktų informaciją, kur reikėtų kreiptis pagalbos, iškilus įvairiems sunkumams“. Dešimtadalis manė, jog siekiant ugdyti savarankiškumą įgūdžius, būtų tikslinga skirti jiems kišenpinigių. Daugiau kaip dešimtadalis manė, kad reikėtų sudaryti sąlygas vaikams užsidirbti pinigų, sudaryti galimybes vaikams gyventi po 1–2 viename kambaryje bei sudaryti sąlygas vaikams rūpintis naminiiais gyvūnais.

Apibendrinant tyrimo duomenis, galėtume teigti, kad, rengiant globojamus vaikus savarankiškam gyvenimui, tikslinga:

- stiprinti vaikų atsakomybę ir iniciatyvumą, įtraukiant juos į įvairius namų ruošos darbus;
- teikti profesinio orientavimo paslaugas;
- suteikti informatyvių žinių apie profesijos įsigijimo ir darbo paieškos galimybes ir būdus;
- ugdyti vaikų bendravimo ir paveikios tarpasmeninės sąveikos įgūdžius;
- sudaryti sąlygas vaikams lavinti darbo įgūdžius;
- rengti juos šeiminiam gyvenimui ir ugdyti geros tėvystės nuostatas.

# 3

## Ugdymo tikslai ir mokymosi būdai

Ugdymo tikslai literatūroje kartais yra vadinami kompetencijomis, įgūdžių ar žinių įvertinimu, arba mokymosi ir ugdymo rezultatais. Remiantis *Ansell C., Morse J., Nollan K., Hoskins R., 2004*, besimokydami žmonės pereina tam tikras stadijas. Autorių išskirtos mokymosi stadijos yra pateiktos lentelėje.

*2 lentelė. Mokymosi stadijos (pagal Ansell C., Morse J., Nollan K., Hoskins R., 2004)*

<i>Mokymosi stadija</i>	<i>Apibrėžimas</i>
Pirmoji stadija – <b>Įsisąmoninimas</b>	Besimokantysis pirmojoje ir antrojoje stadijose gauna tam tikrą informaciją. Šiose stadijose turėtų mokėti identifikuoti, apibūdinti ir paaiškinti informaciją apie tam tikrą dalyką (mokymosi objektą)
Antroji stadija – <b>Žinios ir supratimas</b>	Besimokantysis trečiojoje stadijoje pradeda taikyti įgytas žinias. Šioje stadijoje jis turėtų sugebėti pademonstruoti tam tikrus įgūdžius sumodeliuotoje aplinkoje/situacijoje arba realiame gyvenime
Trečioji stadija – <b>Praktinė patirtis</b>	Besimokantysis ketvirtojoje stadijoje taiko įgytas žinias už mokymosi aplinkos ribų. Jis rodo tvirtus įgūdžius ir demonstruoja tęstinį progresą



Mokymosi stadijos: **Įsisažmoninimas ir žinios ir supratimas.** Instruktorius (ugdytojas, mokytojas) informaciją pateikia tokiu būdu, kad ji praplečia vaiko ar jaunuolio žinias. Pvz., užsiėmimo pabaigoje iš besimokančiojo tikimasi, kad jis sugebės paaiškinti, kas yra sveika mityba.

Mokymosi stadija **Praktinė patirtis.** Instruktorius padidina galimybę besimokančiajam išbandyti žinias praktikoje. Pvz., jaunuolis suplanuoja savo savaitės išlaidas. Tokios užduotys yra atliekamos namų ar mokymosi aplinkoje. Dažnai tai yra tos žinios ir gebėjimai, kurių jaunuoliui reikės ateityje, bet ne dabar. Šios užduotys imituoja tikroviškas situacijas.

Mokymosi stadija **Sugeba.** Instruktorius suteikia galimybę parodyti gebėjimus tikrame gyvenime. Pvz., duodama užduotis paruošti trijų patiekalų pietus.

Siekiant veiksmingiau išmokyti gyvenimo įgūdžių, svarbu žinoti, koku būdu asmuo geriausiai įsimena medžiagą ir įgyja įgūdžių. Kiekvienas turi savo geriausią būdą, kaip išmokti tam tikrų dalykų.

Lengviausias kelias suprasti mokymosi būdą, tai atsižvelgti į tuos pojūčius, kuriais mokantysis labiausiai pasikliauja, kai pirmą kartą ko nors mokosi. Dauguma žmonių naudojami vizualiniais, akustiniais, lytos pojūčiais arba jų kombinacija. „Vizualiniams“ mokiniams patinka matyti medžiagą. Jiems priimtinos tokios pagalbinės priemonės kaip lentos, vaizdo medžiaga, piešiniai, padalomoji medžiaga. „Akustiniai“ mokiniai mėgsta klausyti ir kalbėti apie dalykus; jiems padeda diskusijos, muzika, trumpos paskaitos. „Kinestetiniams“ mokiniams patinka pajauti daiktus, jie teikia pirmenybę mėgdžiojimui, įvairiems žaidimams.

Siekiant sužinoti, koks yra vaiko ar jaunuolio mokymosi būdas, galima jo paklausti, kaip jis geriausiai įsimena medžiagą. Ar jis (ji) dažnai piešia įvairius piešinius, braižo schemas stengdamasis (-si) geriau išmokti naują dalyką? Ar jam (jai) patinka diskutuoti ir kalbėti apie įvairius dalykus? Ar jis (ji) bando kurti įvairių reiškinių modelį, stengdamasis (-i) geriau įsiminti?

Kai dirbama su grupe, siūloma kombinuoti įvairias technikas, kurios sujungtų visus tris mokymosi būdus. Lentelėje yra pateikiama informacija apie technikas, kurias galima taikyti, atsižvelgiant į mokymosi stadijas ir mokymosi būdą.

### 3 lentelė. Mokymosi stadijos ir mokymosi būdai

<i>Vizualinis</i>	<i>Akustinis</i>	<i>Kinestetinis</i>
<b>Įsisąmoninimas</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• piešiniai;</li> <li>• grafikai;</li> <li>• plakatai;</li> <li>• padalomoji medžiaga;</li> <li>• mokomoji medžiaga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• trumpos paskaitos;</li> <li>• įrašai;</li> <li>• pristatymas;</li> <li>• diskusijos;</li> <li>• debatai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kelionės;</li> <li>• tyrinėjimas rankomis;</li> <li>• „nauji žaidimai“;</li> <li>• dalyvavimas demonstravime</li> </ul>
<b>Žinios ir supratimas</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• vaizdo medžiaga;</li> <li>• demonstravimas;</li> <li>• pavyzdžiai;</li> <li>• vaizdinės metaforos;</li> <li>• eskizai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• grupinės diskusijos ir konsensuso ieškojimai;</li> <li>• „smegenų šturmas“;</li> <li>• istorijų pasakojimas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rankdarbiai;</li> <li>• galvosūkiai;</li> <li>• teatras</li> </ul>
<b>Praktinis patyrimas</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• tam tikrų atvejų analizė su vizualine informacija;</li> <li>• vaizdinio pristatymo parengimas;</li> <li>• iliustracijų paruošimas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tam tikrų atvejų aptarimas;</li> <li>• žodinio pristatymo paruošimas;</li> <li>• pristatymo atpasakojimas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• modelio ar pavyzdžio sukūrimas;</li> <li>• demonstravimas</li> </ul>
<b>Sugeba</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• vaidmeniniai žaidimai;</li> <li>• dalyvavimas sumodeliuotose situacijose;</li> <li>• dalyvavimas patyriminiuose pratimuose</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vaidmeniniai žaidimai;</li> <li>• dalyvavimas sumodeliuotose situacijose;</li> <li>• dalyvavimas patyriminiuose pratimuose</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vaidmeniniai žaidimai;</li> <li>• dalyvavimas sumodeliuotose situacijose;</li> <li>• dalyvavimas patyriminiuose pratimuose</li> </ul>

# 4

## Gyvenimo įgūdžiai

Įvairūs tyrimai rodo, kad dažnas ilgametės institucinės globos rezultatas yra savarankiško gyvenimo įgūdžių stoka. Jaunuoliai, gyvenantys kartu su tėvais, nuosekliai mokosi, kaip gaminti ir tvarkytis, kaip elgtis su pinigais, spręsti įvairias iškilusias problemas; taip pat įgyja praktinių savęs priežiūros įgūdžių. O tuo tarpu institucijose augantys jaunuoliai dažnai neturi reikšmingo ir ilgalaikio ryšio su suaugusiuoju, kuris galėtų padėti įgyti reikalingų žinių ir įgūdžių.

Globėjai ar vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai turėtų padėti globos institucijose augantiems ar šeimose globojamiems jaunuoliams įgyti gyvenimo įgūdžių tokiose srityse kaip kasdienis gyvenimas, savęs priežiūra, pinigų valdymas.

Gyvenimo įgūdžių ugdymo pratybos galėtų padėti jaunuoliams, augantiems globos institucijose, užpildyti šias spragas ir įgyti reikiamų gyvenimiškų įgūdžių. Smulkiau gyvenimo įgūdžių ugdymas yra aptariamasi tolimesniuose skyriuose.

### REKOMENDUOJAMA:

- Kad lavinant gyvenimo įgūdžius, būtina lavinti gebėjimus ir suteikti žinių apie sveiką mitybą, valgiaraščio sudarymą, apsipirkimą maisto prekių parduotuvėje, maisto ruošimą, tinkamą elgesį prie stalo, švaros palaikymą virtuvėje, tinkamą maisto produktų laikymą, namų tvarkymą ir saugų elgesį namuose. Kad jaunuoliai įgytų šių įgūdžių, reikalingas praktinis mokymas, pvz., kaip sudaryti pietų valgiaraštį, apsipirkti parduotuvėse, pasigaminti maistą, išvalyti virtuvę, suplauti indus, tinkamai laikyti likusį maistą.

■ Kad savęs priežiūros įgūdžiai turėtų apimti tokias sritis, kaip antai higiena, sveikatą, alkoholio, narkotikų, tabako vartojimą ir kitų žalingų įpročių prevenciją, tėvystės įgūdžius ir atsakingą lytinį gyvenimą. Metodai šiems įgūdžiams įgyti yra įvairios grupinės pratybos, paskaitos, konsultacijos, diskusijos, vaidmeniniai žaidimai, tėvystės ir higienos įgūdžių ugdymo konsultacijos.

■ Kad pinigų valdymo įgūdžiai apimtų gebėjimus sudaryti biudžetą, taupyti pinigus, atidaryti banko sąskaitas, sumokėti mokesčius, būti atsakingu ir informuotu paslaugų vartotoju. Įgyti šių įgūdžių galima įvairiai, tai yra individualiose ir grupinėse konsultacijose bei pratybose, pvz., kaip atidaryti banke sąskaitą, suplanuoti pajamas ir išlaidas, užpildyti mokesčių blankus ir kt.

# 5

## Aprūpinimas būstu

Vaikų socialinės globos teikėjai ar globėjai turėtų sudaryti sąlygas nepriklausomam gyvenimui iš pradžių jį prižiūrint ir padėti rasti tinkamiausias aprūpinimo būstu galimybes.

Globos institucijoje gyvenusiam jaunuoliui, kuriam sukako aštuoniolika metų, aprūpinimas būstu yra vienas iš svarbiausių uždavinių, kadangi globos institucija ar globėjų šeima nėra ilgiau išsipareigoję rūpintis jaunuoliu ir tenkinti jo poreikius. Daug globojamų jaunuolių patiria sunkumų pereidami nuo gyvenimo globos institucijoje ar globėjų šeimose prie savarankiško gyvenimo savo būste. Šie sunkumai yra sąlygojami įvairių veiksnių, pvz., labai didelės nuomos kainos, menka, nepakankama tinkamo nuomojamo būsto pasiūla ir šeiminių nenuomoti būstą jauniems asmenims, neturintiems stabilių pajamų šaltinių. Deja, Lietuvoje yra gajūs ir tam tikri neigiami stereotipai apie globos institucijose augusius asmenis, jie taip pat gali būti kliūtimi išsinuomoti būstą.

Labai svarbu padėti jaunuoliams įveikti šias kliūtis. Užsienio šalyse atliekamų tyrimų<sup>7</sup> rezultatai rodo, jog 20–25 procentai namų neturinčių žmonių tam tikru gyvenimo periodu gyvena globos namuose. Namų neturėjimas nuvertina globėjų investicijas ir mokesčių mokėtojų pinigus, kurie yra skiriami tam, kad globojami jaunuoliai įgytų pakankamai įgūdžių ir būtų visaverčiai piliečiai.

---

<sup>7</sup> Independent Minimum Living Standards Recommended For Children In Care. OPPAGA. Report No. 04-78. November, 2004.

## REKOMENDUOJAMA:

■ Kad globėjai ar globos organizatoriai susisiektų su savivaldybe (ar kitomis atsakingomis instancijomis) ir padėtų aprūpinti būstu jaunuolius, kurie iki pilnametystės augo globos institucijoje ar globėjų šeimoje. Naudinga užmegzti ryšius su juridiniais ar fiziniais asmenimis, kurie galėtų ir norėtų išnuomoti būstą jaunuoliams lengvatinėmis sąlygomis ir pasirašyti bendradarbiavimo sutartis su jais.

■ Kaip vieną iš alternatyvų – apgyvendinti globotinius, kuriems suėjo 18 metų „Jaunimo namuose“, kuriuose jaunuoliai gyventų iš dalies prižiūrimi suaugusiųjų. Deja, šiuo metu Lietuvoje „Jaunimo namuose“ vietų daug mažiau nei jų reikia.

■ Kad socialiniai darbuotojai reguliariai lankytų savarankiškai gyvenančius jaunuolius, padėtų išspręsti kylančias problemas ir įsitikintų, jog jaunuoliai sugeba tinkamai pasirūpinti savimi ir nuosavybe.

# 6

## Išsilavinimas

Vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai turėtų koordinuoti švietimo paslaugas, skatinti susidaryti karjeros planą, parūpinti korepetitorius ir padėti jaunuoliams įgyti išsilavinimą bei specialybę, kai šie baigia vidurinę (pradinę) mokyklą.

Patirtis rodo, jog globojamų jaunuolių akademinis pažangumas ir pasiekimai dažnai yra prastesni nei bendraamžių. Kalbant apie mokyklos nelankymą, globojami jaunuoliai priskiriami didesnės rizikos grupei. Jie dažniau nebaigia vidurinės mokyklos ir netęsia studijų, jei ją baigia. Duomenys taip pat rodo, jog globojami jaunuoliai dažniau renkasi ne aukštąsias mokyklas, o aukštesniąsias ar profesines<sup>8</sup>. Kadangi akademinė sėkmė yra viena iš finansinės nepriklausomybės prielaidų, koordinuota pagalba švietimo srityje yra ypatingai svarbi globos institucijose augusiems jaunuoliams. Labiausiai akademinį pažangumą skatina specialistų paslaugos, lemiančios mokymosi stabilumą ir integraciją.

### REKOMENDUOJAMA:

■ Kad paslaugų teikėjai paskirtų jaunuoliui mokymosi konsultantą – specialųjį pedagogą, socialinį pedagogą, socialinį darbuotoją ar kitą specialistą, kuris būtų atsakingas už jaunuolio akademinę veiklą. Mokymosi konsultantas turėtų padėti jaunuoliui gauti reikalingą mokymosi pagalbą, įveikti įvairius mokymosi sunkumus. Šie paskirti konsultantai turėtų reguliariai bendrauti su mokyklos personalu, stebėti

<sup>8</sup> Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rėmimo ir integravimo į visuomenę 2005–2006 metų programa, LR socialinės apsaugos ir darbo ministerija.

tėvų globos netekusio vaikų ar paauglių mokyklos lankomumą, mokymosi pažangumą. Jei globojami jaunuoliai turi mokymosi sunkumų, jų konsultantai turėtų padėti jiems gauti reikalingą paramą ir pagalbą. Siekiant užtikrinti, kad jaunuolis gautų tinkamą paramą, konsultantas turėtų informuoti mokyklos personalą apie jaunuolio specialiuosius poreikius ir skatinti glaudesnę bendradarbiavimą tarp mokyklos administracijos ir globėjų ar globos organizatorių.

- Kad vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai ar globėjai padėtų tėvų globos netekusiems jaunuoliams susidaryti karjeros planą. Šiame plane turėtų atsispindėti jaunuolio interesai, stipriosios mokymosi pusės, karjeros ir asmeninio gyvenimo vizijos, karjeros ir darbo patyrimo galimybės.

- Kad vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai padėtų vidurinę mokyklą baigusiems jaunuoliams siekti aukštesnio išsilavinimo. Taip būtų didinamas tėvų globos netekusio jaunimo konkurencingumas darbo rinkoje. Siekiant paskatinti jaunuolius stoti į aukštąsias ar profesines mokyklas, būtina suteikti profesinio orientavimo paslaugas, pagalbą tvarkant įvairią stojimo dokumentaciją. Kai jaunuolis įstoja į aukštąją ar profesinę mokyklą, jam gali būti reikalinga emocinė parama ir kitokia pagalba, kuri padėtų jam išsilaikyti ir nenutraukti studijų.

- Kad, jei įmanoma, globos institucijose gyvenantiems vaikams reikėtų suteikti korepetitorių paslaugas. Korepetitoriai galėtų padėti vaikams padidinti jų akademinį pažangumą, o kartu ir jų galimybes tęsti studijas, baigus mokyklą. Paprastai tėvų globos netekusiems vaikams labai trūksta žinių (dėl dažno pamokų praleidinėjimo, nepalankių gyvenimo sąlygų vaikystėje ir pan.), todėl papildoma korepetitorių pagalba jiems yra ypatingai svarbi. Pagalbą galėtų suteikti mokykla, globos namų personalas, studentai, atliekantys praktiką, arba nevyriausybinės organizacijos.



# 7

## Įsidarbinimas

Vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai ar globėjai turėtų padėti tėvų globos netekusiems jaunuoliams susisiekti su vietinėmis įmonėmis, susipažinti su įsidarbinimo programomis, pagelbėti ištyrinėti karjeros galimybes, susidaryti planą, kaip siekti šių karjeros aspiracijų, formuoti pozityvius darbinius įgūdžius.

Yra nustatyta, jog tėvų globos netekę jaunuoliai globos metu ir sulaukę pilnametystės yra žemesnio išsilavinimo, todėl jų galimybės (lyginant su bendraamžiais iš šeimų) siekti karjeros yra daug prastesnės. Trūksta tyrimų duomenų, galinčių išsamiai atskleisti, kas padėtų tėvų globos netekusiems jaunuoliams pasiekti aukštesnį išsilavinimo lygį. Užsienyje atliktų tyrimų duomenys rodo, jog gyvenamosios vietos stabilumas, ypač paskutiniaisiais mokymosi mokykloje metais, geras ryšys tarp institucijos/globėjų ir mokyklos, teigiamas mokytojų požiūris ir papildomos paslaugos po pamokų galėtų pagerinti jaunuolio galimybes įstoti į aukštąją mokyklą<sup>9</sup>.

Karjeros planavimas taip pat galėtų užimti svarbią vietą rengiant tėvų globos netekusius jaunuolius savarankiškam gyvenimui. Kadangi jaunuoliai stokoja stabilumo globos metu, dažnai turi didelių žinių spragų, jiems yra reikalinga aktyvi pagalba apibrėžiant jų galias ir sunkumus bei parengiant darbinei veiklai. Svarbus yra paskatinimas, motyvacijos didinimas ir galima finansinė parama tiems jaunuoliams, kurie nori siekti aukštojo išsilavinimo. Siekiant padidinti jaunuolių įsidarbinimo galimybes, yra naudinga užmegzti formalius ryšius su švietimo skyriais, kolegijomis, aukštosiomis mokyklomis ir pan.

<sup>9</sup> Independent Minimum Living Standarts Recommended For Children In Care. OP-PAGA. Report No. 04-78. November, 2004.

## **PATARTINA:**

- surinkti detalią informaciją apie jaunuolio pasiekimus ir potencialą;

- kruopščiai įvertinti kiekvieno jaunuolio gebėjimus, kartu su jaunuoliu parinkti tokią specialybę ir profesiją, kuri atitiktų jo gebėjimus ir interesus;

- surinkti visą informaciją apie dominančios profesijos įsigijimo galimybes Lietuvoje (jei yra galimybė – ir užsienyje);

- padėti jaunuoliui suplanuoti profesijos pasirinkimo kelią. Jis turi būti labai konkretus, pvz., kokie stojamieji egzaminai laikomi, iki keltos dienos turi būti pateikti stojimo dokumentai ir pan.;

- pasirinkti keletą profesinių ar aukštųjų mokyklų, kuriose jaunuolis norėtų ir galėtų mokytis (taip tikimybė įstoti į kurią nors mokyklą padidės);

- pagalvoti, ar nėra galimybės jaunuoliui suderinti studijų ir darbinės veiklos (pvz., stažuotis tam tikroje įmonėje ir pan.);

- pasidomėti, kokios bendruomeninės paslaugos yra teikiamos jaunuoliams, norintiems pradėti savo profesinį kelią;

- teikti emocinę paramą ir konsultacijas jaunuoliams, kurie mokosi ar dirba.

Buvę globotiniai, neįgiję darbo įgūdžių, rizikuoja patirti skurdą ir prastą gyvenimo kokybę. Užsienio šalių tyrimų duomenys rodo, kad 40 procentų jaunuolių, sulaukę pilnametystės niekur nestudijavo ir neturėjo darbo 12–18 mėnesių. Lietuvoje šie skaičiai tikriausiai yra dar didesni. Įdomu yra tai, kad tyrimų duomenys taip pat rodo, jog jaunuoliai, kurie turėjo darbinės patirties dar prieš savo aštuonioliktąjį gimtadienį, keturis kartus labiau linkę baigti aukštąsias mokyklas ir dirbti, išėję iš globos namų<sup>10</sup>.

## **REKOMENDUOJAMA:**

- Sudaryti jaunimo įsidarbinimo programas ir užmegzti bendradarbiavimą su vietinėmis pramonės įmonėmis, kad tėvų globos netekę

---

<sup>10</sup> Independent Minimum Living Standarts Recommended For Children In Care. OPPAGA. Report No. 04-78. November, 2004.

vaikai daugiau sužinotų apie įvairias karjeros alternatyvas ir gautų reikalingą darbo patyrimą. Šitaip bendradarbiaujant, gali būti numatytos tokios veiklos, kaip antai karjeros dienos, atvirų durų dienos, darbo konsultavimas, stažuotės. Tikėtina, jog jaunuoliai sieks savo mokymosi ir darbo tikslų, kai galės gauti pinigų, dirbdami toje srityje, kuria jie domisi.

- Mokyti tėvų globos netekusius vaikus darbo paieškos įgūdžių. Jie turi mokėti parašyti gyvenimo aprašymą ir pasiruošti pokalbiui su darbdaviu. Rekomenduojama organizuoti pratybas, kuriose jaunuoliai būtų mokomi, kaip įsidarbinti, kaip išsilaikyti darbe. Gali būti vaidinamos įvairios pokalbio su darbdaviu situacijos, kad jaunuoliai galėtų pademonstruoti savo gebėjimus.

- Padėti tėvų globos netekusiems jaunuoliams įgyti praktikos tam tikrame darbe, geriausia, kad darbas būtų bent iš dalies apmokamas. Kaip jau buvo minėta, užsienio šalių tyrimų duomenimis, darbas ne visą darbo dieną iki išėjimo iš globos namų yra svarbus jaunuolių mokymosi ir ekonominės sėkmės veiksnys.

# 8

## Sveikata

Vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai ar globėjai turėtų suteikti sveikatos priežiūros žinių, padėti reguliariai tikrinti sveikatą, parengti jaunuolius savarankiškai tvarkyti savo medicininius ir psichikos sveikatos priežiūros poreikius bei supažindinti su bendruomeniniais sveikatos ištekliais.

Tyrimų duomenys rodo, kad tėvų globos netekę vaikai, ypač augantys globos institucijose, turi daugiau fizinės ir psichinės sveikatos problemų nei bendraamžiai iš šeimų. Vieno užsienio tyrimo duomenimis glojami jaunuoliai turi nuo trijų iki septynių kartų daugiau įvairių sveikatos, raidos ir emocinių problemų, nei jų bendraamžiai, gyvenantys panašiomis socioekonominėmis sąlygomis<sup>11</sup>. Labai gaila, jog Lietuvoje nemažai vaikų globos institucijų negali laiku suteikti vaikams savalaikę psichologinę paramą, kadangi trūksta lėšų įsteigti psichologo etatą.

Jaunuoliai dažnai nežino, kaip pasinaudoti pirminės sveikatos priežiūros paslaugomis, stokoja informacijos apie sveiką gyvenimą. O tuo tarpu užsienio tyrimai rodo, jaunuoliams, buvusiems globos institucijų globotiniams, yra būdingas rūkymas, narkotinių medžiagų, alkoholio vartojimas, psichikos sutrikimai (įskaitant savęs žalojimą ir savižudišką elgesį). Kiti tyrimai rodo, kad jaunuoliai, iki pilnametystės augę globos institucijose, per anksti tampa tėvais, todėl būtina skirti daugiau dėmesio lytiniam švietimui. Rengiant jaunuolį savarankiškam gyvenimui, svarbu atsižvelgti į jo sveikatos poreikius, ugdyti atsakingą

---

<sup>11</sup> Independent Minimum Living Standards Recommended For Children In Care. OPPAGA. Report No. 04-78. November, 2004.

požiūrį į savo kūną ir sveikatą, suprantamai suteikti informaciją apie sveiką gyvenimą, laisvalaikį, lytinę sveikatą ir lytinius santykius.

Žinias apie sveiką gyvenimo būdą gali perteikti ne tik sveikatos specialistai, bet ir patys globėjai ar institucijų darbuotojai, kurie dalyvavo specialiuose mokymuose.

Į jaunuolio sveikatos poreikius reikėtų žiūrėti iš jo paties pozicijos, planuojant materialines sąlygas (būstas, darbas, pajamos) ir socialinius ryšius, taip pat atsižvelgti į jaunuolio fizinę ir psichikos sveikatą.

### **REKOMENDUOJAMA:**

- Užtikrinti, kad tėvų globos netekę vaikai prieš išeidami iš globos sistemos gautų sveikatos priežiūros žinių ir įgūdžių. Bazinės sveikatos priežiūros žinios apima pirmąją pagalbą, sveiką mitybą, fizinį aktyvumą, psichikos ir emocinę sveikatą, medikamentų vartojimą, esminius medicinos poreikių įvertinimo metodus. Ši programa taip pat turėtų aprėpti žinias apie saugius lytinius santykius ir lytiškai plintančias ligas.

- Užtikrinti, kad jaunuolių sveikata prieš jų savarankiško gyvenimo pradžią būtų nuodugniai įvertinta. Tuo turi pasirūpinti vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai ar globėjai. Įvertinime galėtų atsispindėti tokie rodikliai, kaip antai kraujospūdis, cholesterolio kiekis, diabeto rizika, susirgimas lytiškai plintančiomis ligomis, ginekologinės sveikatos ypatumai, psichikos sveikata. Svarbu užtikrinti bazinį sveikatos priežiūros paslaugų teikimą, atitinkantį specifinius jaunuolio poreikius. Pvz., jei sveikatos patikrinimo metu išaiškėjo, jog jaunuolis serga astma, svarbu užtikrinti, kad jaunuolis žino, kaip kontroliuoti šią ligą.

- Padėti (tai turi padaryti paslaugų teikėjai) jaunuoliams parengti sveikatos planą, kuris būtų jų perėjimo prie savarankiško gyvenimo plano dalis. Šio plano paskirtis – padėti jaunuoliui savarankiškai rūpintis savo sveikatos priežiūra. Į sveikatos planą galėtų būti įtraukta informacija apie skiepimą, buvusią hospitalizaciją, persirgtas ligas ir kt.), būsimus sveikatos priežiūros poreikius (pvz., kasmetinius apsilankymus pas stomatologą ir pan.), sveikatos draudimą ir priminė sveikatos priežiūros specialistus, į kuriuos galėtų reguliariai kreiptis dėl sveikatos problemų.

■ Kad vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai ar globėjai surinktų informaciją apie visus galimus bendruomeninius sveikatos priežiūros išteklius ir supažindintų su jais tėvų globos netekusius jaunuolius. Taip pat svarbu palaikyti ryšį su sveikatos priežiūros paslaugas teikiančiais specialistais, suteikti jiems informaciją apie specifinius tėvų globos netekusių vaikų ir jaunuolių poreikius.

# 9

## Savarankiško gyvenimo plano sudarymas

Vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai ar globėjai turėtų paskatinti tėvų globos netekusius jaunuolius sudaryti perėjimo prie savarankiško gyvenimo planą, kad jiems būtų lengviau įsilieti į visuomenę ir geriau pasirengtų savarankiškam gyvenimui.

Šiuo pereinamuoju prie savarankiško gyvenimo laikotarpiu jaunuoliai turėtų gauti trumpalaikę finansinę paramą (būtiniausiems daiktams įsigyti), turėti galimybę lankyti tėvystės įgūdžių ugdymo kursus, mokytis darbo paieškos, gauti specialistų konsultacijas. Šios paslaugos yra labai svarbios, kadangi dauguma jaunuolių neturėjo galimybių įgyti įgūdžių, kurie leistų jiems gyventi savarankiškai. Kad tėvų globos netekę jaunuoliai sėkmingiau pradėtų savarankišką gyvenimą, rekomenduojama paskirti jiems konsultantus padėjėjus. Jais gali būti ir buvę globotiniai, kurie sėkmingai integravosi į visuomenę, norėtų ir galėtų padėti kitiems jauniems žmonėms sudėtingu gyvenimo periodu.

### REKOMENDUOJAMA:

- Kartu su tėvų globos netekusiu jaunuoliu parengti perėjimo prie savarankiško gyvenimo planą, kuriame būtų aprašyta, kaip jaunuolis pereis nuo institucinės globos prie savarankiško gyvenimo. Plane turėtų būti numatyti žingsniai, kuriuos reikia įveikti, siekiant patenkinti išsilavinimo ir profesinius tikslus, identifikuoti bendruomenines paslaugas, kurias galėtų gauti jaunuolis. Plane turėtų atsispindėti ir specifiniai sunkumai, kuriuos jaunuoliui reikėtų įveikti.

■ Kad kiekvienoje bendruomenėje būtų suaugusysis, galintis padėti jaunuoliui jo savarankiško gyvenimo pradžioje. Suaugusiojo pagalba galėtų būti parama, konsultavimas, pagalba įveikiant asmenines, mokymosi, karjeros problemas. Ypač svarbi ši pagalba jaunuoliams, kurie turi mažai išorinės paramos šaltinių (pvz., visai nutrūkę ryšiai su biologiniais tėvais).

■ Kad tėvų globos netekusių jaunuolių konsultantai dalyvautų specialiuose mokymuose (apie krizių įveikimą, veiksmingo bendravimo technikas ir kt.). Konsultantais galėtų būti savanoriai iš nevyriausybinų organizacijų, taip pat buvę globotiniai, kurie sugebėjo sėkmingai įsitvirtinti visuomenėje ir gyvena kokybišką savarankišką gyvenimą.



# 10

## Darbuotojų mokymas

Siekiant užtikrinti aukštos kokybės paslaugų teikimą vaikų socialinės globos teikėjai ar globėjai turėtų reguliariai dalyvauti kvalifikacijos kėlimo kursuose ir mokymuose.

Lietuvoje viena iš aktualiausių problemų yra ta, jog globos institucijose dirbančiam personalui trūksta profesinės kompetencijos. Nėra parengtų profesinės kompetencijos tobulinimo standartų, kurie užtikrintų, kad našlaičiams ir tėvų globos netekusiems vaikams būtų teikiamos profesionalios, kokybiškos paslaugos<sup>12</sup>. Rekomenduojama organizuoti specializuotus praktinius mokymus, kaip ugdyti našlaičių ir tėvų globos netekusių jaunuolių savarankiško gyvenimo įgūdžius. Mokymų metu turėtų būti suteikta informacija ir apie tai, kaip įvertinti ir surinkti duomenis apie jaunuolių pasirėngimą savarankiškam gyvenimui. Jei globos institucijoje vykdoma savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programa neduoda veiksmingų rezultatų, ji turėtų būti peržiūreta ir atitinkamai pataisyta.

Siūloma į kvalifikacijos kėlimo programą įtraukti ir tokias temas, kaip antai vaikų psichologinės krizės bei elgesio pataisymas. Šios žinios ir įgūdžiai padės personalui sureaguoti į specifinius vaikų ir paauglių, gyvenančių globos institucijose, poreikius ir juos geriausiai patenkinti. Neabejojama, jog stipri psichikos sveikata ir gera savitvarka yra viena iš sėkmingų prisitaikymo prie visuomenės prielaidų. Tad svarbu laiku suteikti profesionalią psichologinę pagalbą, nustatyti paaugliui elgesio normas, padėti sisteminti patirtį ir veiklą bei taisyti netinkamą elgesį.

---

<sup>12</sup> Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rėmimo ir integravimo į visuomenę 2005–2006 metų programa, LR socialinės apsaugos ir darbo ministerija.

Taip pat siūloma įtraukti žinias apie darbą su globotiniais, turinčiais įvairias negalias. Šios žinios užtikrins, jog jaunuoliai, turintys specialiuosius poreikius, neliks nuošalyje ir jiems bus suteikta kvalifikuota pagalba ir parama, rengiant juos savarankiškam gyvenimui.

Mokymuose apie tėvų globos netekusių vaikų savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymą galėtų dalyvauti ne tik globėjai ir vaikų globos institucijų darbuotojai, bet ir mokyklos personalas, nevyriausybinių organizacijų atstovai, nepilnamečių reikalų atstovai ir kiti asmenys, dirbantys su šia tiksline grupe. Veiksmingas tarpžinybinis darbas tarp įvairių sričių atstovų, dirbančių su tėvų globos netekusiais jaunuoliais, užtikrins sėkmingesnę jų pasirengimą savarankiškam gyvenimui, lengvesnę įsiliejimą į visuomenę, produktyvesnę asmeninį ir socialinį gyvenimą.

# 11

## Duomenų rinkimas ir įvertinimas

Vaikų socialinės globos paslaugų teikėjai turėtų stebėti buvusių globotinių savarankišką gyvenimą, įvertindami jų individualius pasiekimus, taip pat vykdomos savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programos veiksmingumą.

Svarbu stebėti jaunuolių pažangumą, įgyvendinant savarankiško gyvenimo tikslus (pvz., išsilavinimo įgijimą, darbinės veiklos rezultatus, gyvenimo kokybę ir kt.) Galima pasiūlyti jaunuoliams atsakyti į klausimynų ar testų klausimus prieš ir po programos įgyvendinimo, organizuoti tęstinius tyrimus, siekiant įvertinti, ar vykdoma savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programa duoda teigiamų rezultatų. Programos, kurios neduoda norimų rezultatų, turėtų būti atidžiai peržiūrėtos, papildytos ir pataisytos. Rekomenduojama ne tik sekti programos veiksmingumą, bet ir tai, kiek jaunuolių joje dalyvauja.

Programos veiksmingumą galima vertinti, remiantis buvusių globotinių pasiekimais moksle, gyvenime ir darbe. Be minimalių įgūdžių šiose srityse mažai tikėtina sėkmė.

Siūlomi **išsilavinimo** vertinimo rodikliai:

- jaunuolių, baigusią pagrindinę mokyklą, procentas;
- jaunuolių, besimokančiųjų vidurinėje mokykloje, dalis (nuo visų tėvų globos netekusių jaunuolių, kurie iki pilnametystės augo globos institucijose);
- jaunuolių, baigusią vidurinę mokyklą, skaičius;
- jaunuolių, išlaikiusių baigiamuosius egzaminus, skaičius;
- jaunuolių, įstojusių į aukštąsias mokyklas, skaičius;
- jaunuolių, įstojusių į profesines mokyklas, skaičius.

- Siūdomi **gyvenimo įgūdžių** vertinimo rodikliai:
- jaunuolių, dalyvavusių gyvenimo įgūdžių ugdymo užsiėmimuose, skaičius ir dalis;
- jaunuolių, turinčių nuolatinę gyvenamą vietą, skaičius ir dalis;
- jaunuolių, kurie turi vaikų, skaičius;
- jaunuolių, kurie turi nuolatinių finansinių pajamų, skaičius;
- jaunuolių, kurie neturėjo būsto bent vieną naktį, procentas;
- jaunuolių, sulaikytų ir turinčių kriminalinę patirtį, procentas ir kt.

Siūdomi **įsidarbinimo vertinimo** rodikliai:

- dirbančių jaunuolių procentas;
- jaunuolių, kurie gauna didesnes pajamas nei minimalus atlyginimas, skaičius;
- jaunuolių darbo laiko vidurkis per savaitę ir pan.

# 12

## Savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymas

Savarankiško gyvenimo įgūdžius suskirstėme į tokias bendresnes kategorijas:

1. **Kasdienio gyvenimo įgūdžiai** apima sveikos mitybos, valgiaraščio sudarymo, apsipirkimo maisto prekių parduotuvėse, maisto ruošimo, elgesio prie stalo, švaros palaikymo virtuvėje, maisto produktų laikymo, namų tvarkymo, namų saugumo, taupymo, pinigų valdymo, naudojimosi banko paslaugomis, biudžeto planavimo, laisvalaikio organizavimo įgūdžius.
2. **Socialinio bendravimo įgūdžiai** – tai gebėjimas užmegzti ir palaikyti santykius su kitais žmonėmis.
3. **Mokymosi ir darbo įgūdžiai** reikalingi mokymosi programoms baigti ir savo karjeros planams įgyvendinti. Tai – darbo tikslai, įsidarbinimas, sprendimų priėmimas, tikslų siekimas, mokymosi įgūdžiai.
4. **Savęs priežiūros įgūdžiai** apima įgūdžius, kurie skatina fizinės ir emocinės sveikatos vystymąsi. Tai yra asmeninė higiena, sveika gyvensena, alkoholio, narkotikų, tabako vartojimo prevencija, psichikos atsparumas, psichikos sveikata, savimonė, vertybės, lytiškumas ir lytiniai santykiai.
5. **Būsto ir pinigų valdymo įgūdžiai** reikalingi, kad asmuo sėkmingai prisitaikytų prie visuomenės. Kalbama apie būsto paiešką, persikraustymą, santaupas, požiūrį į pinigus, banko paslaugas, biudžeto planavimą, vartotojo įgūdžius, darbo tikslus, bendruomeninės paslaugas.

4 lentelė. Įgūdžių aprašymas, jų ugdymo formos ir metodai

<i>Igūdžiai</i>	<i>Aprašymas</i>	<i>Ugdymo formos ir metodai</i>
<i>Kasdienio gyvenimo įgūdžiai</i>	maisto gaminimas; apsipirkimas maisto parduotuvėje; namų tvarkymas ir švaros palaikymas; drabužių skalbimas ir taisymas; smulkūs namų remonto darbai; išlaidų ir pajamų planavimas; laisvalaikio planavimas	grupiniai užsiėmimai; maisto gaminimas; rankdarbiai; individualus konsultavimas; grupinės paskaitos; specialistų konsultacijos (pav., dietologo)
<i>Socialinio bendravimo įgūdžiai</i>	bendravimas; jausmų raiška; konstruktyvūs konfliktų sprendimo būdai; bendradarbiavimas; įgūdžiai; pasirengimas šeimyniniam gyvenimui; sprendimų priėmimas; geros emocinės sveikatos palaikymas	socialinių įgūdžių lavinimo grupės; diskusijos; individualus konsultavimas; individualus ir/ar grupinis psichologinis konsultavimas; vaidmeniniai žaidimai; psichologinės konsultacijos; dailės terapija
<i>Mokymosi ir darbo įgūdžiai</i>	darbo paieška, pasiruošimas pokalbiui su darbdaviu; asmeninės kompetencijos ir trūkumų įvertinimas; planavimas ir tikslų siekimas; mokymosi technikos; bendravimas darbo ir mokymosi aplinkoje	grupinės paskaitos; grupiniai praktiniai seminarai; vaidmeniniai žaidimai; diskusijos; savarankiškos užduotys; lankymasis „Jaunimo darbo rinkos ir mokymo centruose“, įvairiose mokymo įstaigose; profesijų pristatomieji seminarai; korepetorių konsultacijos

<i>Igūdžiai</i>	<i>Aprašymas</i>	<i>Ugdymo formos ir metodai</i>
<i>Savęs priežiūros įgūdžiai</i>	higiena; sveika gyvensena; geros psichikos sveikatos palaikymas; savisauga; atsparumo bendraamžių spaudimui ugdymas; žinios apie sveikatos priežiūros paslaugas	grupinės paskaitos; sveikos gyvensenos lavinimas; specialistų konsultacijos (iš sveikatos priežiūros, nevyriausybinių organizacijų, kt.); vaidmeniniai žaidimai; sportas; alternatyvios terapijos metodai (dailės terapija, psichodrama, judesio terapija, muzikos terapija)
<i>Būsto ir pinigų valdymo įgūdžiai</i>	išlaidų ir pajamų planavimas; mokesčių mokėjimas ir samprata apie finansinių įstaigų paslaugas; būsto išlaikymas (nuomos ir mokesčių mokėjimas, tvarkos palaikymas, tinkamų santykių su būsto šeimininku ar kitais nuomininkais palaikymas ir t. t.)	grupiniai mokymai; individualus darbas su globotiniais (konsultacijos, pagalba susipažįstant su banko paslaugomis ir kt.); grupinės paskaitos; tam tikrų atvejų analizė

Tolimesniuose skyriuose detalizuosime šias kategorijas ir aprašysime, kokių žinių ir gebėjimų galėtume tikėtis iš tėvų globos netekusio jaunuolio, kuris pradeda gyventi savarankiškai, pateiksime siūlymus dėl šių įgūdžių ugdymo, aprašysime keletą praktinių užsiėmimų pavyzdžių. Svarbu suprasti, jog savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymas turi būti ne tik suplanuotas procesas, vykstantis griežtai struktūruotų užsiėmimų forma. Vaikai daug mokosi stebėdami suaugusiuosius ir modeliūdami jų elgesį, o įgūdžiai geriausiai įgyjami praktikoje. Svarbu suteikti

vaikams galimybes pademonstruoti gyvenime įgytas žinias ir įgūdžius (pvz., įtraukti į tam tikrus kasdienius darbus).

## 12.1. KASDIENIS GYVENIMAS

Kasdienio gyvenimo įgūdžiai yra reikalingi įprastiems darbams atlikti: apsipirkti maisto parduotuvėje, pasigaminti maistingo ir sveiko maisto, sutvarkyti namus, sumokėti mokesčius ir pan. Daug metų institucijose gyvenę vaikai dažnai stokoja šių, iš pirmo žvilgsnio atrodytų, paprastų žinių ir gebėjimų. Institucijose augantys vaikai gauna visas jiems reikalingas paslaugas, neturėdami galimybių patys prisidėti prie savo poreikių tenkinimo. Ugdant kasdienio gyvenimo įgūdžius, svarbu laikytis tokių principų:

- tęstinumo ir nuoseklumo;
- teigiamo pavyzdžio modelio;
- galimybės įtvirtinti įgūdžius praktikoje.

Mokydami tėvų globos netekusius vaikus kasdienio gyvenimo įgūdžių, galėtume tikėtis, jog pradėjęs savarankiškai gyventi jaunuolis:

1. Žino ir supranta, kokios yra pagrindinės maisto grupės, turi bent minimalų supratimą apie sveikos mitybos piramidę.
2. Žino ir supranta, kokia mityba yra vadinama sveika.
3. Žino ir supranta mitybos įtaką fizinei ir emocinei sveikatai.
4. Gali išanalizuoti kokios nors dietos ar maisto produktų maistinę vertę.
5. Žino, kad norėdamas išsiaiškinti maisto produktų maistinę vertę, turi skaityti etiketes.
6. Gali sudaryti tinkamą dienos valgiaraštį.
7. Gali ekonomiškai sudaryti sveikatingą valgiaraštį visai savaitei.
8. Žino, kaip nustatyti maisto produktų šviežumą, maistinę vertę, ekonomiškumą.



9. Turėdamas (-a) tam tikrą pinigų sumą, gali nusipirkti maisto visai savaitei.
10. Žino pagrindinių virtuvinių įrankių ir prietaisų pavadinimus ir kaip juos naudoti.
11. Gali panaudoti tinkamą virtuvinį reikmenį, ruošdamas (-a) paprastą patiekalą.
12. Žino, kaip saugiai paruošti maistą.
13. Gali perskaityti ir vadovautis tam tikro patiekalo gaminimo receptu.
14. Gali padengti kasdienį pietų stalą.
15. Moka elgtis prie stalo.
16. Maisto likučius ir atsargai pirktus produktus laiko taip, kad nesugestų.
17. Gali išvalyti virtuvę po maisto ruošimo iš pradžių prižiūrimas (-a), vėliau – savarankiškai.
18. Supranta buto/namų tvarkymo ir švaros palaikymo svarbą.
19. Gali švariai išvalyti kambarį.
20. Gali palaikyti švarą savo gyvenamoje patalpoje.
21. Geba prižiūrėti savo drabužius.
22. Moka išskalbti savo drabužius (skalbiamąja mašina ar rankomis).
23. Žino ir supranta energijos taupymo ir pakartotino medžiagų vartojimo privalumus.
24. Žino ir supranta namų saugumo svarbą.
25. Žino, kokios pagalbos ir kur kreiptis neatidėliotinu atveju.
26. Gali suteikti pirmąją pagalbą.
27. Žino, kaip suremontuoti paprastus dalykus namuose.
28. Gali savarankiškai naudotis viešuoju transportu.
29. Žino, kaip pasidaryti asmeninių dokumentų kopijas (paso, gimimo liudijimo, asmens sveikatos kortelės ir pan.).
30. Žino ir supranta, kaip asmeninės vertybės veikia pinigų leidimą.
31. Žino ir supranta pinigų taupymo būdus.
32. Gali sudaryti pinigų taupymo planą.
33. Gali pasiekti trumpalaikio taupymo tikslą.
34. Žino, kokias paslaugas teikia finansinės institucijos.
35. Žino, kaip atidaryti ir turėti sąskaitą banke.

36. Bent savaitę gali kontroliuoti savo pajamas ir išlaidas.
37. Gali apytiksliai įvertinti daikto vertę.
38. Moka pirkti naudodamasis (-asi) grynaisiais pinigais ir mokamąją kortele.
39. Gali paskaičiuoti grąžą.
40. Žino įvairias apsipirkimo galimybes (parduotuvėje, internete ir kt.).
41. Sugeba ekonomiškai nupirkti kasdienes gyvenimui reikalingas prekes (maistą, buitines prekes ir kt.).
42. Žino, kaip suplanuoti pozityvias laisvalaikio veiklas.
43. Žino, kaip suplanuoti laisvalaikio kelionę.
44. Žino ir supranta draudžiamo elgesio teises pasekmes.
45. Žino ir supranta asmenines teises.

#### **PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS:**

■ Suteikti jaunuoliui kuo daugiau galimybių formuoti ir lavinti darbo įgūdžius. Globos institucijose augantys vaikai turi turėti savo pareigų ir atsakomybių, pvz., sutvarkyti virtuvę ar kambarius, budėti virtuvėje, sumazgoti indus.

■ Organizuoti įvairius kulinarijos būrelius, kad vaikai gautų pagrindinių žinių apie maistą, skirtingą maistinę vertę, patiekalų gaminimo procedūras, įvairių virtuvinių įrankių (reikmenų) paskirtį ir praktiškai galėtų juos panaudoti. Ruošdami valgį, jaunuoliai gali išmokti saugiai naudoti buitinę techniką, prietaisus (viryklę, mikrobangų krosnelę ir kt.), įvairius virtuvės įrankius.

■ Organizuoti įvairius konkursus ir varžybas, pvz., konkursą „Skaniausias patiekalas“, siekiant padidinti vaikų maisto ruošimo motyvaciją.

■ Suteikti vaikams ir jaunuoliams išsamesnių žinių apie sveiką mitybą, kad ateityje dėl jų stokos neturėtų kokių nors sveikatos sutrikimų. Siūlome suteikti žinių apie:

- tris pagrindines maisto grupes ir jų maistinę vertę;
- rekomenduojamą vitaminų ir mineralų vartojimo normą;
- vitaminų ir mineralų poveikį mūsų sveikatai;

- vandens gėrimą ir jo svarbą mūsų organizmui;
- valgymo įpročių poveikį mūsų bendrai savijautai;
- maistingumo informacijos pateikimą ant produkto pakuotės ir jos interpretavimą;
- sveiką ir nesveiką užkandžiavimą;
- maisto piramidę ir kt.

■ Svarbu, jog jaunuolis žinotų maisto saugaus laikymo taisykles, žinotų vidutinį pagrindinių maisto produktų galiojimo laiką, mokėtų rasti galiojimo laiko žymenį ant pakuotės, atpažintų maisto produktų gedimo požymius.

■ Svarbu, jog globos institucijose gyvenantys vaikai ir jaunuoliai turėtų bendrą supratimą apie vidutines pagrindinių maisto produktų ir buities apyvokos daiktų kainas. Galima skirti jaunuoliams įvairių praktinių užduočių, pvz., sudaryti pačių reikalingiausių daiktų ir maisto produktų sąrašą savaitei, turint tam tikrą pinigų sumą. Jaunuoliai turėtų būti supažindinami su įvairiomis apsipirkimo galimybėmis (dideliuose prekybos centruose, mažose parduotuvėse, turguje ir kt.).

■ Mokyti gero elgesio prie stalo nuo pat vaikų atvykimo į globos instituciją, t. y. paaiškinti, kaip tinkamai naudoti įvairius įrankius, lėkštes, servetėles; koks elgesys priimtinas prie stalo.

■ Supažindinti su pagrindinėmis švaros palaikymo gyvenamojoje aplinkoje taisyklėmis. Individualaus darbo arba grupinių mokymų metu svarbu paaiškinti, kodėl svarbu, kad virtuvės reikmenys, virtuvės baldai būtų švarūs. Patariama parodyti, kaip išvalyti virtuvės grindis, plyteles, kruopščiai sumazgoti indus. Palaikyti švarą savo kambaryje vaikai turėtų mokytis nuo pat ankstyvos vaikystės. Dažnai vaikai ir jaunuoliai, gyvendami globos namuose, patys neskambia savo drabužių (tai už juos atlieka globos namų personalas). Išeidami gyventi savarankiškai, jie turėtų žinoti pagrindinius drabužių valymo būdus (skalbimas rankomis, skalbimas automatine skalbiamąja mašina, sausas valymas), mokėti išlyginti ir atlikti paprastus drabužių taisymo darbus (pvz., prisūti sagą).

- Paaiškinti pagrindines saugos namuose taisykles:
  - kaip išvengti gaisro;

- kaip reikėtų elgtis kilus gaisrui;
  - kaip laikyti pavojingas medžiagas (cheminės priemonės, vaistai ir kt.);
  - kaip suteikti pirmąją pagalbą (susižeidus ar apsideginus);
  - kokie savisaugos principai, naudojantis telefonu ir internetu (ne teikti asmeninės informacijos internetu ar telefonu, dažnai keisti slaptažodžius ir pan.);
  - kokie galimų buitinių gedimų požymiai (dujų kvapas, vandens sunkimasis ir kt.).
- Organizuoti jaunuoliams, kurie ruošiasi gyventi savarankiškai, pirmosios pagalbos teikimo kursus.
  - Pasirūpinti, kad gyvendami globos namuose vaikai gautų kišenpinigių ir mokėtų tinkamai elgtis su pinigais. Svarbu išmokyti vaikus skirti asmeninius poreikius ir norus, planuoti savo biudžetą, apgalvota leisti pinigus.

## 12.2. SOCIALINIS BENDRAVIMAS

Pozityvūs ir konstruktyvūs bendravimo įgūdžiai, gebėjimas užmegzti ir palaikyti ilgalaikius socialinius ryšius yra viena iš sėkmingos adaptacijos visuomenėje prielaidų. Socialiniai santykiai gali būti stipri emocinė parama jaunuoliui, kuris įžengia į savarankišką pasaulį. Socialinių ryšių kokybė tiesiogiai priklauso nuo turimų bendravimo gebėjimų, todėl būtina vystyti ir stiprinti vaikų, gyvenančių globos institucijoje, bendravimo įgūdžius. Daug vaikų, patenkančių į globos institucijas, stokoja konstruktyvių socialinių įgūdžių. Prieraišumo sutrikimai vaikystėje bei kitos emocinės problemos sąlygoja nesugebėjimą užmegzti ilgalaikių, emocinį pasitenkinimą tenkinančių ryšių. Daug tėvų globos netekusių vaikų ir jaunuolių nemoka konstruktyviai spręsti iškilusių konfliktų, bendradarbiauti, priimti sprendimus sudėtingose situacijose.

Ruošiant jaunuolį savarankiškam gyvenimui, galima orientuotis į tai, jog pradėjęs savarankišką gyvenimą jaunuolis:

1. Žino ir supranta savigarbos sąvoką.
2. Žino ir supranta savo asmenines stipriąsias savybes ir poreikius.
3. Žino ir supranta rūpestingo, pagarbaus, atsakingo ir sąžiningo elgesio su kitais poveikį santykiams, jų kokybei ir tęstinumui.
4. Žino ir supranta, kaip prievarta, nesąžiningumas, nepagarba veikia santykius.
5. Žino bendravimo elementus.
6. Žino, kaip paveikiai bendrauti su šeima ir draugais.
7. Žino, kaip paveikiai bendrauti mokykloje.
8. Žino, kaip ir kada tvirtai laikytis savo nuomonės bendraujant, mokykloje ar darbe.
9. Žino, kaip elgtis konflikto metu.
10. Žino, kaip suvaldyti pyktį.
11. Žino ir supranta skirtumus tarp įvairių bendravimo būdų (pvz., formalus ir neformalus).
12. Žino, kaip užmegzti ir palaikyti draugystę.
13. Žino, kaip sukurti ir pasinaudoti asmenine paramos sistema.
14. Žino ir supranta bendruomenės sąvoką.
15. Gali apibūdinti kasdienį etiketą.
16. Žino geras elgesio taisykles prie stalo.
17. Žino, kaip palaikyti gerą emocinę sveikatą.
18. Žino, kaip veiksmingai reaguoti į diskriminaciją ir priekabiavimą.
19. Žino, kuo skiriasi verbalinis ir neverbalinis bendravimas.
20. Žino, kaip užmegzti ir palaikyti sveikus, konstruktyvius santykius.
21. Turi bent keletą konstruktyvių konfliktų sprendimo būdų.
22. Žino ir supranta bendradarbiavimo svarbą.
23. Žino ir moka priimti apgalvotą sprendimą.
24. Gali apgalvotai priimti sprendimus daugeliu gyvenimiškų atvejų.
25. Turi supratimą apie psichologiškai sveikus vyro ir moters santykius.
26. Supranta, kas yra gera tėvystė, atsakingai žiūri į šeimos kūrimą, vaiko gimimą ir auginimą.

## **PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS:**

■ Nuo pat atvykimo į globos namus ugdyti vaikų socialinius įgūdžius (socialinių įgūdžių ugdymo pavyzdžiai pridedami prieduose). Socialinių įgūdžių lavinimo grupę gali vesti socialinis darbuotojas, socialinis pedagogas, psichologas. Geriausia užsiėmimo forma yra reguliarūs grupiniai susitikimai, kurių metu taikomi įvairūs metodai: diskusijos, vaidmeniniai žaidimai, kūrybinės užduotys, namų darbai ir kt.

■ Viena iš veiksmingiausių mokymosi formų yra socialinis kognityvinis mokymasis, kurio metu vaikas mokosi mėgdžioti ir modeliuoti suaugusiojo elgesį. Suaugusieji, su kuriais bendrauja vaikai ir jaunuoliai, turėtų elgtis pozityviai: konstruktyviai spręsti iškilusias problemas ir konfliktus, tinkamai reikšti jausmus, paveikiai bendrauti.

■ Svarbu atkreipti dėmesį į tai, jog tėvų globos netekę vaikai mažiau pasitiki savimi nei jų bendraamžiai. Žema savigarba ir nepasitikėjimas savo jėgomis gali būti rimta kliūtis mezgant naujus ryšius, siekiant savo tikslų ir aukštesnės gyvenimo kokybės. Todėl siūloma stiprinti tėvų globos netekusių vaikų pasitikėjimą savimi, skatinti jų stipriąsias savybes, suteikti galimybę atsiskleisti kūrybiškumui ir saviraiškai.

■ Grupinių užsiėmimų metu turėtų būti suteiktos žinios ir apie tai, kaip palaikyti gerą emocinę sveikatą, kaip reaguoti į įvairias stresines ir krizines situacijas. Perėjimas į savarankišką gyvenimą lydimas intensyvių ir sudėtingų išgyvenimų. Paprastai tėvų globos netekę vaikai turi mažiau išorinių paramos šaltinių, nei vaikai iš šeimų, todėl jiems ypač svarbu būti psichiškai atspariems ir gebėti įveikti stresą. Rekomenduojama suteikti tėvų globos netekusiems vaikams profesionalios psichologinės pagalbos paslaugas. Psichologinė pagalba yra reikalinga sprendžiant įvairias psichologines problemas, išsąmoninant skausmingus išgyvenimus ir integruojant juos į bendrą patirtį. Psichologas taip pat padėtų išmokyti tinkamai ir adekvačiai reikšti savo jausmus, sustiprinti savireguliacijos gebėjimus, koreguoti savo elgesį.

■ Tėvų globos netekę vaikai turėtų būti skatinami megzti ir kurti santykius ne tik su vaikais iš globos institucijos, bet ir už jos ribų. Taip

jie galės plėsti savo socialinį patyrimą, susirasti naujų draugų ir įgyti vertingos bendravimo patirties.

- Tėvų globos netekusiems vaikams svarbu turėti socialinių santykių tęstinumo patirtį. Savo gyvenime jie yra patyrę daug praradimų, netekčių, santykių nutrūkimo, kas sąlygoja jų nesaugumo ir nestabilumo jausmą. Jaunuolio emocinei sveikatai svarbus pastovus, ilgalaikis ryšys su pasitikėjimą keliančiu suaugusiuoju. Juo galėtų būti globėjas, socialinis darbuotojas, globos namų darbuotojas, giminaitis, nevyriausybinės organizacijos atstovas, savanoris ir pan. Svarbu, jog šie santykiai nenutrūktų, kai jaunuolis sulauks aštuoniolikos metų ir pradės gyventi savarankiškai.

- Globos įstaigose tėvų globos netekę vaikai gyvena tam tikroje bendruomenėje ir turi mokėti sugyventi ir dalintis erdve su kitais vaikais. Neišvengiami tarp jų kylantys konfliktai ir nesutarimai. Globos institucijų personalui rekomenduojama į kylančius kivirčius ir konfliktus reaguoti mobiliai, iš karto, pasiūlyti konstruktyvias konfliktų sprendimo formas. Taip kasdienėje aplinkoje vaikai įgis konstruktyvios socialinės patirties, kuri bus ypatingai vertinga savarankiškame gyvenime.

- Pastebėta, jog vaikų globos namų auklėtiniai, dažniau nei šeimose augę bendraamžiai, patiria šeiminio gyvenimo nesėkmę (Pileckaitė-Markovienė M., Lazdauskas T., 2007). Taigi yra labai svarbu paruošti netekusių tėvų globos vaikus būsimam šeiminiam gyvenimui. Paruošimas šeiminiam gyvenimui vykdomas padedant formuoti lytinę identifikaciją, ekonominį mąstymą, praktinius ūkio tvarkymo įgūdžius, su pažindinant su psichologiškai sveikais vyro ir moters santykiais.

### **12.3. MOKYMO SI IR DARBO ĮGŪDŽIAI**

Pradėję savarankišką gyvenimą jaunuoliai turės tęsti studijas profesinėje ar aukštojoje mokykloje. Dalis jaunuolių pradės dirbti. Šiuo gyvenimo periodu jiems yra reikalinga ypatinga parama ir pagalba, įgy-

jant žinių ir įgūdžių, padėsiančių jiems tikslingai pasirinkti mokymosi instituciją, atkakliai siekti savo tikslų, susirasti darbą ir įsilieti į naują kolektyvą. Studijuoti aukštojoje mokykloje dažnai būna per sunku dėl žemo pažangumo, didelės žinių stokos, gaila, bet tam tikrais atvejais ir nedidelės mokymosi motyvacijos. Globojamą vaiką ar jaunuolį svarbu orientuoti į tai, jog aukštos gyvenimo kokybės pagrindas yra profesijos įsigijimas (teorinių žinių ir praktinių įgūdžių įgijimas aukštojoje arba profesinėje mokykloje).

Svarbu, kad pradėjęs savarankišką gyvenimą jaunas žmogus:

1. Galėtų apibrėžti profesijas, kurios jį (ją) domina.
2. Galėtų argumentuoti profesijos pasirinkimą.
3. Galėtų parengti profesijos įgijimo planą.
4. Suprastų įsidarbinimo svarbą.
5. Žinotų, kokie yra darbo paieškos būdai.
6. Žinotų, kaip išlaikyti darbą.
7. Žinotų, kaip pakeisti darbą.
8. Žinotų, kaip galėtų pagerinti savo akademinį pažangumą.
9. Suprastų išsilavinimo svarbą ir jo ryšį su įsidarbinimo galimybėmis.
10. Žinotų, kaip reaguoti į prietarus, išankstinę nusistatymą ir diskriminaciją.
11. Mokėtų tinkamai bendrauti namų aplinkoje, mokykloje, darbe; tvirtai ir adekvačiai laikytis savo įsitikinimų.
12. Žinotų, kokie veiksniai turi įtakos mokymosi pažangumui (motyvacija, išblaškantys dirgikliai ir pan.).
13. Galėtų pritaikyti vieną arba daugiau mokymosi būdų norėdamas (-a) pagerinti savo mokymosi rezultatus.
14. Suprastų namų darbų svarbą ir turėtų pakankamą motyvaciją juos atlikti.
15. Žinotų, kaip suteikti ir gauti reikalingą informaciją (informacijos paieškos būdai).
16. Mokėtų naudotis internetu kaip informacijos paieškos galimybe.
17. Žinotų ir suprastų laiko sampratą.



18. Sugebėtų parašyti savo gyvenimo aprašymą.
19. Žinotų, kas yra darbo pokalbis ir sugebėtų tinkamai jam pasirengti.
20. Suprastų, kaip naudotis įprasta darbo technika (kompiuteriais, faksu, kopijavimo aparatu ir pan.).
21. Suprastų darbuotojo teises ir atsakomybę.
22. Žinotų, kaip tinkamai spręsti konfliktus darbo vietoje.

### **PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS:**

■ Vaikams, gyvenantiems globos institucijoje, grupiniuose namuose tėvų globos netekusiems vaikams arba globėjų šeimose, turi būti sudarytos sąlygos įgyti ir lavinti įvairius darbo įgūdžius. Gyvenantiems globos namuose vaikams patartina pavesti atlikti įvairius namų ruošos darbus (maisto gaminimas, aplinkos tvarkymas, drabužių skalbimas) už kuriuos būtų atsakingi, organizuoti praktinius mokymus (rankdarbių, kulinarijos, staliaus darbų ir kt.).

■ Stiprinant vaiko mokymosi motyvaciją, svarbu atsižvelgti į jai turinčius įtakos veiksnius: žinių spragas, prastą pažangumą, nepasitikėjimą savimi, pedagoginį apleidimą, mokymosi negalias, specialiosios mokymosi programos poreikį, socialinę nepritapimą mokykloje, bendravimo su mokytojais sunkumus. Atsižvelgiant į šiuos veiksnius, mokiniui turi būti planuojama pagalba.

■ Tėvų globos netekusiems vaikams siūloma teikti profesinio orientavimo paslaugas, kurios padėtų asmenims įvertinti savo galias, pasirinkti norimą specialybę, suplanuoti profesijos išsigijimą, atkakliai siekti savo tikslų. Svarbu, jog pasirinkta profesija atitiktų lūkesčius ir turimus gebėjimus. Profesinio orientavimo mokymų ar konsultacijų turinys galėtų būti toks:

- kas aš arba ką aš galvoju apie save, savęs vaizdas;
- profesijų pasaulis;
- kelias, kurį aš pasirenku;
- temperamento įtaka profesiniam pasirinkimui;
- gebėjimai;
- profesinio tikslo pasirinkimas ir siekimas;

- profesijų pasaulis ir mano vieta jame;
- tipiškos klaidos pasirenkant profesijas;
- profesijos pasirinkimo strategija;
- mano asmeniniai ir profesiniai planai;
- mano profesinio starto perspektyva;
- veiksmingi tarpasmeninės sąveikos įgūdžiai;
- gebėjimas priimti sprendimą;
- gebėjimas pritaikyti įgytas žinias, renkantis profesiją.

Ypatinga parama tėvų globos netekusiems jaunuoliams reikalinga paskutiniaisiais mokymosi metais, kai yra laikomi baigiamieji egzaminai ir planuojamos tolimesnės studijos. Vertinga parama šiuo laikotarpiu būtų korepetitorių pamokos ar kito pobūdžio pagalba ruošiantis egzaminams, tolimesnio mokymosi galimybių įvertinimas ir geriausių alternatyvų pasirinkimas, stojimo į aukštąją arba profesinę mokyklą prašymų pildymas, psichologinė parama.

## 12.4. SAVĖS PRIEŽIŪRA

Savęs priežiūros įgūdžiai yra esminė geros fizinės ir psichikos sveikatos prielaida. Jaunuoliai, pradėję savarankišką gyvenimą po institucinės globos, gali stokoti žinių ir įgūdžių, kaip tinkamai rūpintis savo sveikata, susirgus suteikti pagalbą sau ar artimam žmogui. Dažnas jaunuolis gali nežinoti, kokios yra jam prieinamos sveikatos priežiūros paslaugos ir kaip jis galėtų šias paslaugas gauti (pvz., kaip užsiregistruoti pas pirminio ar antrinio lygio sveikatos priežiūros specialistus ir pan.).

Sveika gyvensena – tai sveika ir subalansuota mityba, gera fizinė sveikata, žalingų įpročių atsisakymas, optimalaus kūno svorio palaikymas, tinkamas miego ir poilsio režimas, mokėjimas suteikti sau ir kitam pirmąją medicininę pagalbą nelaimės atveju, gebėjimas atpažinti ligos simptomus ir kreiptis pagalbos, kontroliuoti chroniškos ligos

simptomus, laiku kreiptis pagalbos į atitinkamos specializacijos sveikatos specialistą.

Ugdant sveikos gyvensenos įgūdžius svarbus *tęstinumas*: jau nuo pat vaiko atvykimo į globos instituciją (ar globėjų šeimą, šeimyną) būtina formuoti atsakingą požiūrį į savo sveikatą, lavinti higienos įgūdžius, suteikti žinių apie tinkamą mitybą ir sportą. Svarbu ne tik suteikti teorinių žinių vaikams ir paaugliams, tačiau ir surasti galimybes naudoti sveikos gyvensenos principus realiame gyvenime, t. y. skatinti vaikus sportuoti, atsisakyti rūkymo, rūpintis sveika mityba ir pan. Kuo anksčiau susiformuoja sveiko gyvenimo būdo įpročiai, tuo didesnė tikimybė, jog ir pradėjęs savarankišką gyvenimą jaunuolis laikysis šių principų.

Planuojant vaiko ir jaunuolio parengimą savarankiškam gyvenimui, orientuojamasi, kad pradėjęs savarankišką gyvenimą jaunuolis:

1. Žino ir supranta geros higienos svarbą.
2. Demonstruoja tvirtus higienos įgūdžius.
3. Turi tinkamus burnos priežiūros įgūdžius.
4. Žino, kas yra sveika gyvensena.
5. Žino, kaip gydyti paprastas ligas ir nedideles žaizdas.
6. Žino, kada ir į ką kreiptis profesionalios medicininės pagalbos.
7. Žino ir supranta, kodėl svarbu vartoti vaistus taip, kaip yra nurodyta recepte.
8. Žino, kokia medicininė pagalba jam (jai) reikalinga.
9. Žino, kaip palaikyti gerą emocinę sveikatą.
10. Žino ir supranta medicininę, socialinę, emocinę ir teisinę riziką, susijusią su alkoholio, narkotikų ir tabako vartojimu.
11. Gali atsilaikyti bendraamžių spaudimui vartoti psichoaktyvias medžiagas.
12. Žino apie pagalbą, susijusią su psichoaktyvių medžiagų vartojimu.
13. Supranta teisinę vairavimo išgėrus atsakomybę.
14. Žino ir supranta, kaip moterų ir vyrų kūnai keičiasi brendimo metu.
15. Supranta ir gali paaiškinti sąvokas lytis ir lytinė orientacija.

16. Supranta ir gali paaiškinti sąvokas lytiškumas ir lytiniai santykiai.
17. Atsakingai žiūri į lytinius santykius, žino, kaip pasipriešinti lytiniam priekabiavimui ir spaudimui lytiškai santykiauti.
18. Žino ir supranta, kaip apsisaugoti nuo lytiškai plintančių ligų, taip pat ir AIDS.
19. Žino, kaip apsisaugoti nuo nėštumo.
20. Žino ir supranta saugumo namuose svarbą.
21. Neatidėliotinai atvejais moka pasinaudoti tinkama pagalba.
22. Gali surasti prieinamą bendruomeninę pagalbą.
23. Žino ir supranta valgyimo sutrikimų požymius ir galimą pagalbą.
24. Moka užsiregistruoti pas savo apylinkės gydytoją, taip pat kitus sveikatos priežiūros specialistus.

### **PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS:**

■ Formuojant sveikos gyvensenos įgūdžius svarbus tęstinumas – atsakingą požiūrį į savo sveikatą ir gyvenimo būdą skiepyti nuo pat globos pradžios.

■ Kalbant apie sveiką gyvenseną, svarbios ne tiek teorinės žinios, kiek įpročiai ir susiformavusios vertybės. Įpročių formavimuisi svarbus tęstinumas ir pastovumas, o vertybių formavimąsi skatina tinkama aplinka ir pozityvus socialinis elgesys.

■ Ypatingą dėmesį reikėtų skirti globotinių lytiniam švietimui, kadangi tėvų globos netekę vaikai priskiriami prie rizikos grupės dėl ankstyvų lytinių santykių, seksualinio išnaudojimo, ankstyvo nėštumo ir kaip aukos prekybos žmonėmis. Pagalbą organizuojant vaikų ir jaunuolių lytinį švietimą gali suteikti nevyriausybinės organizacijos, kurios specializuojasi šioje srityje.

■ Svarbi savęs priežiūros sudedamoji dalis yra savisaugos įgūdžiai. Tai žinios, kaip apsisaugoti nuo įvairių rizikingų ir kenksmingų veiksnių (pvz., nelaimingų atsitikimų butyje ar kelyje). Taip pat mokėjimas tvirtai pasakyti NE ir atsispirti bendraamžių ar suaugusiųjų spaudimui įsitraukti į pavojingas veiklas (pvz., narkotikų vartojimą ar kriminalinę veiklą).

## 12.5. BŪSTAS IR PINIGŲ TVARKYMAS

Paprastai, gyvendami globos institucijoje, tėvų globos netekę jaunuoliai neturi galimybių išmokti pinigų valdymo ir planavimo būdų: kaip planuoti savo pajamas ir išlaidas, kaip taupyti ilgalaikiams tikslams, kaip naudotis prieinamomis banko paslaugomis, dažnai stokoja pagrindinių žinių apie būsto nuomą ar kitas galimybes. Šių įgūdžių siūloma mokyti paskutiniaisiais globos institucijose (ar šeimynose) buvimo metais. Galima organizuoti grupinius mokymus arba dirbti individualiai su jaunuoliu. Svarbios ne tik teorinės žinios, bet ir praktinė patirtis: kartu galima nueiti į banką, atidaryti sąskaitą, susipažinti su įvairiomis banko operacijomis. Kad pradėjęs gyventi savarankiškai, jaunuolis vis tiek galėtų kreiptis į socialinį darbuotoją arba kitą asmenį (su kuriuo palaiko ryšius), jei iškyla klausimų arba probleminių situacijų.

Ruošiant jaunuolį savarankiškam gyvenimui, siūloma orientuotis, kad pradėjęs gyventi savarankiškai jaunuolis:

1. Žinotų ir suprastų prieinamo būsto galimybes savo bendruomenėje.
2. Žinotų, kaip ieškoti gyvenamosios vietos (kambario, buto, kt.).
3. Žinotų, kaip atidžiai apžiūrėti siūlomą nuomoti kambarį arba butą.
4. Žinotų, kas yra nuomos sutartis ir kokia jos reikšmė.
5. Žinotų, kokie yra gyvenimo kartu su kitu asmeniu plusai ir minusai.
6. Žinotų savininko ir nuomininko teises ir pareigas.
7. Žinotų, kokia yra bendruomeninė pagalba apsirūpinant būstu.
8. Galėtų išlaikyti savo būstą (reguliariai mokėti mokesčius ir pan.).
9. Gebėtų naudotis viešuoju transportu.
10. Galėtų keliauti be priežiūros.
11. Žinotų, kaip gauti vairuotojo pažymėjimą.
12. Žinotų, kiek kainuoja automobilis ir jo naudojimas.
13. Žinotų, kaip nusipirkti automobilį.
14. Žinotų ir suprastų civilinę atsakomybę.

15. Žinotų ir naudotųsi vietinės bibliotekos paslaugomis.
16. Galėtų susirasti prieinamas bendruomenines paslaugas.
17. Žinotų ir suprastų, kaip asmeninės vertybės susijusios su pinigų leidimu.
18. Gebėtų sudaryti pinigų taupymo planą.
19. Suprastų pinigų taupymo tikslą, galėtų sutaupyti bent nedidelę pinigų sumą.
20. Žinotų ir mokėtų užpildyti mokesčių kvitus.
21. Žinotų ir suprastų, kokias paslaugas teikia finansinės institucijos.
22. Žinotų ir suprastų elektroninės bankininkystės paslaugas.
23. Mokėtų atidaryti sąskaitas banke.
24. Mokėtų užpildyti pajamų ar išlaidų orderį.
25. Žinotų ir suprastų, kada ir kiek skolintis pinigų.
26. Žinotų, kaip galima gauti paskolą.
27. Suprastų, kas yra kredito kortelės ir kokios yra jų įsigijimo sąlygos.
28. Galėtų sudaryti tikrovišką savaitės pajamų ir išlaidų planą.
29. Žinotų, į ką kreiptis pagalbos, jei turėtų finansinių sunkumų.
30. Galėtų savarankiškai apsipirkti parduotuvėje.
31. Žinotų savo, kaip vartotojo, teises.

#### **PRAKTINĖS REKOMENDACIJOS:**

■ Būsto ir pinigų valdymo srityje labai svarbios *praktinės* žinios, kurių, deja, dažnas jaunuolis, gyvendamas institucijoje, neturi. Siūlome šias žinias kompensuoti organizuojant įvairias praktines veiklas, turinčias vaidybinių elementų. Pvz., mokytis planuoti savo pajamas ir išlaidas, pasikalbėti su potencialiu būsto šeimininku, banko kvitus pildyti ir pan.

■ Pagalba ypač reikalinga pirmaisiais jaunuolio savarankiško gyvenimo mėnesiais, kadangi išikėlimas į atskirą būstą ir nepriklausomo gyvenimo pradžia susiję su įvairiais sunkumais (pvz., kaip tinkamai paskirstyti pajamas, kokių būtiniausių daiktų įsigyti, kaip valdyti savo pinigus).

■ Išankstinis savarankiško gyvenimo planavimas, aiškių tikslų ir vertybių išsiaiškinimas galėtų palengvinti savarankiško gyvenimo pradžią, tikslingai orientuoti veiklą ir motyvuoti asmenį. Todėl siūlome bent jau prieš vienerius metus, iki baigsis globa, pradėti ruošti *savarankiško gyvenimo planą* ir jame apibrėžti savo tikslus, lūkesčius ir galimybes tikslams įgyvendinti.

# 13

## Darbas su elgesio sunkumų turinčiais vaikais ir jaunuoliais

Lietuvoje viena iš opiausių ir sudėtingiausių problemų yra nepilnamečiai, turintys kriminalinę patirtį, vartojantys narkotines ir kitas psichoaktyvias medžiagas, valkataujantys, bėgantys iš namų ir pan. Ypač pažeidžiama visuomenės grupė yra tėvų globos netekę arba socialinės rizikos šeimų vaikai ir paaugliai, turintys įvairių elgesio problemų. Paprastai ši visuomenės grupė yra įgijusi neigiamą patirtį, stokoja socialinių įgūdžių, neturi išorinių paramos šaltinių.

Dažnas specialistas, dirbantis vaikų globos namuose, susiduria su vaiku, turinčiu įvairių elgesio problemų, trikdančių vaiko normalią adaptaciją ir jo psichosocialinę vystymąsi. Kai kurios elgesio problemos virsta rimtesniais elgesio sutrikimais, priklausomybe nuo psichoaktyvių medžiagų, sutrikdo sėkmingą vaiko integraciją į visuomenę. Elgesio problemos ar sutrikimai yra būdingi ne tik vaikams iš socialinės rizikos šeimų arba gyvenantiems globos institucijose. Elgesio sutrikimų gali turėti ir vaikas iš normalios šeimos, tačiau globos institucijose gyvenantys vaikai dėl įgytos neigiamos patirties, nepalankių augimo sąlygų vaikystėje, žemų socialinių įgūdžių atsiduria didesnėje rizikos grupėje.

Vaikams, netekusiems tėvų globos ir gyvenantiems globos institucijoje, būdingos šios elgesio problemos:

- agresyvus, įžūlus elgesys, dažnai pasireiškiantys pykčio priepuoliai, silpna impulsų kontrolė;
- taisyklių ir nustatytų apribojimų nesilaikymas, prieštaraujantis, negatyvus elgesys;



- mokyklos nelankymas, pamokų praleidinėjimas, žema mokymosi motyvacija;
- dėmesio koncentracijos ir susikaupimo sunkumai;
- konfliktiški santykiai su bendraamžiais, nesugebėjimas užmegzti pozityvių ryšių su kitais žmonėmis;
- piktnaudžiavimas alkoholiu, narkotinėmis medžiagomis;
- save naikinantis (autodestrukcinis) ir žalojantis elgesys;
- polinkis vogti, įsitraukti į nusikalstamą veiklą ir pan.

Kartais pasireiškia tik vienas kitas netinkamas poelgis, tačiau dažnai toks elgesys užsitęsia ir, laiku nesuteikus vaikui pagalbos bei nepakoregavus elgesio, gali atsirasti rimtesnių padarinių. Svarbi yra elgesio problemų prevencija, ankstyvas įsikūsimas ir tolesnis vaiko stebėjimas.

Tokio vaikų elgesio problemų **priežasčių** yra daug ir įvairių. Protingiausia tikriausiai kalbėti apie biologinių, socialinių ir asmeninių priežasčių derinį, kuris ir sąlygoja tam tikrų elgesio ir socializacijos sunkumų atsiradimą.

**Biologinės priežastys.** Tai yra įvairūs organiniai ir neurologiniai bei pataloginiai pakitimai, prenatalinės raidos sutrikimai, gimdymo traumos, infekcijos. Vaikai iš socialinės rizikos šeimų dažnai turi labai nepalankias raidos sąlygas: motinos dar nėštumo metu vartojo alkoholį ir narkotikus, gimus kūdikiui, dažnai nepatenkino jo maisto, higienos, saugumo ir kitų poreikių. Kai vaikas auga neprižiūrėtas, tuomet sulėtėja jo fizinė raida, smegenų veiklos vystymasis. Vėliau vaikui gali būti sunkiau koncentruoti dėmesį, jis gali turėti įvairių mokymosi sunkumų ir pan.

**Vaiko individualios savybės.** Kai kurie vaikai iš prigimties pasižymi didesniu aktyvumu, silpnesne impulsų kontrole, mažesniu atsparumu stresinėms situacijoms. Tačiau tinkamai auklėjant, koreguojant vaikų elgesį ir ugdant socialinius įgūdžius, rimtesnių elgesio sunkumų nebūna. Be to, yra psichiškai atsparesni vaikai, kurie išmoksta atsipirti neigiamiems aplinkos faktoriams ir sugeba pozityviai įsitvirtinti

visuomenėje. Tikriausiai ne vienas esame girdėję apie vaiką, kuris sugebėjo neištraukti į smerktino elgesio liūną net augdamas asocialioje ir nedarnioje šeimoje.

**Socialiniai faktoriai.** Šie faktoriai yra labai svarbūs vaikų, augusių socialinės rizikos šeimose, netekusių tėvų globos, problemiškam elgesiui susiformuoti. Vaikai mokosi stebėdami aplinką ir perimdami matomus elgesio modelius. Priklausomai nuo aplinkos, kurioje auga vaikas, formuojasi jo vertybių skalė ir hierarchija. Matydamas, kaip elgiasi tėvai, taip elgiasi ir pats vaikas. Kitas svarbus dalykas yra tas, jog palankiam vaiko psichologiniam ir socialiniam vystymuisi, yra svarbūs ankstyvieji vaiko ir tėvų santykiai, tai, kaip tinkamai tėvai atsiliepia į vaiko siunčiamus signalus, kiek patenkina jo poreikius, kiek pozityviai sąveikauja su juo. Paprastai į globos institucijas patenka vaikai iš socialinės rizikos šeimų, kurios nesirūpina vaikų priežiūra ir jų augimu, kartais jie nesugeba patenkinti net pagrindinių vaiko poreikių. Patiriama nepriežiūra ar prievarta ir nulemia rimtas emocines ir elgesio problemas. Pvz., vaikas, patyręs intensyvią prievartą vaikystėje, gali pats agresyviai ir šiurkščiai elgtis su bendraamžiais ar jaunesniais vaikais, arba mergaitės paauglės netvarkingas lytinis gyvenimas gali būti vaikystėje patirtos lytinės prievartos pasekmė. Tad, labai svarbu suprasti netinkamo vaiko elgesio priežastis ir motyvus.

Specialistams, dirbantiems su vaikais, svarbu atskirti dvi sąvokas: **elgesio problemas ir elgesio sutrikimai**. Ne kiekviena vaiko elgesio problema yra elgesio sutrikimas. Remiantis Tarptautinės ligų klasifikacijos (TLK-10) apibrėžimu, elgesio sutrikimai – tai pasikartojantys ir/ar pastovūs asocialaus, agresyvaus ir įžūlaus elgesio modeliai, kai sutrikdomos vaiko amžiui būdingos elgesio normos. Svarbu atkreipti dėmesį į tai, jog tai nėra paprastas vaikiškas išdykavimas arba paaugliškas maištavimas. Be to, tai yra **ilgai besitęsiantis elgesys**, o ne vienas ar kitas netinkamas poelgis.

Nustatant elgesio sutrikimą, svarbu atsižvelgti į **vaiko išsivystymo lygį**. Pvz., trejų metų vaiko pykčio priepuoliai dar gali būti traktuojami

kaip normalus elgesys. Tačiau jei kalbama apie dvylikos metų vaiką, kuriam būdingi dažni susierzinimo ir pykčio proveržiai bei nepaklusnumas, besitęsiantys ilgiau nei pusę mėnesio, galima daryti prielaidą, kad elgesys sutrikęs.

Elgesio sutrikimas (pagal TLK-10):

- tai daugiau negu įprastinis vaikų išdykavimas ar paauglių maištingumas;
- trunka 6 mėnesius ir ilgiau;
- stipriai pasireiškia bent vienas žemiau išvardintų kriterijų:
  - perdėtas priekabių ieškojimas;
  - pešimasis;
  - žiaurumas žmonėms ir gyvūnams;
  - polinkis naikinti ir gadinti turtą;
  - padeginėjimas;
  - vogimas;
  - dažnas melavimas;
  - bėgimas iš pamokų ir namų;
  - labai dažni susierzinimo ir pykčio priepuoliai;
  - nepaklusnumas.

Elgesio sutrikimas paprastai nediagnozuojamas, kai yra pastebimos retos, bet tokį elgesį sukeliančios būsenos (šizofrenija, manija, įvairiapusis raidos sutrikimas, depresija ir kt.).

TLK-10 yra išskirtos šios elgesio sutrikimų formos:

■ *F91.0 Elgesio sutrikimas, pasireiškiantis tik šeimoje.* Tai elgesio sutrikimas, kuris pasireiškia tik šeimoje, už šeimos ribų elgesys dar yra normalus.

■ *F91.1 Nesocialaus elgesio sutrikimas.* Sutrikimas, kuriam būdingas agresyvus elgesys, nesugebėjimas prisitaikyti prie visuomenės (socialinė dezaptacija), sutrikęs bendravimas su bendraamžiais.

■ *F91.2 Socializuoto elgesio sutrikimas.* Sutrikimas, kuriam būdingas agresyvus elgesys, nevisuomeniškas elgesys, tačiau santykiei su bendraamžiais nėra sutrikęs.

■ *F91.3 Prieštaraujančio nepaklusnumo sutrikimas.* Paprastai pasireiškia ikimokyklinio amžiaus vaikams.

■ *F91.8 Kiti elgesio pakitimai.*

■ *F91.9 Nepatikslinti elgesio pakitimai.* Elgesio sutrikimas vaikystėje, neklasifikuojamas kitaip.

■

Vaikų ir paauglių elgesio problemos, agresyvumas ir antisocialus elgesys sudaro maždaug trečdalį ar pusę visų klinikinių atvejų. Remiantis įvairiais literatūros šaltiniais, vaikų elgesio sutrikimai svyruoja nuo 5 iki 15 % tarp visų gyventojų (kituose šaltiniuose 4–10 %). Nustatyta, jog 3–4 kartus dažniau pasireiškia tarp berniukų nei tarp mergaičių.

Dauguma elgesio sutrikimą turinčių vaikų dar turi vieną ar daugiau sutrikimų:

- daugeliu atvejų tai yra hiperkinetinis sutrikimas ir dėmesio sutrikimo sindromas;
- šiek tiek rečiau elgesio sutrikimą turintiems vaikams dar diagnozuojama depresija arba nerimas; šie vaikai blogai pritampa mokykloje.

Vaikams, turintiems elgesio sutrikimų, būdinga:

- padidėjęs irzlumas ir dirglumas;
- autoritetų neigimas;
- žema frustracijos tolerancija;
- stiprus nepasitikėjimas suaugusiais;
- manipuliacijos ir pan.

Vaikams, turintiems elgesio sutrikimų, reikalinga profesionali įvairių specialistų pagalba, taip pat tėvų ir globėjų bendradarbiavimas su specialistais koreguojant vaiko elgesį. Dažniausiai vaikams yra skiriama kognityvinė elgesio terapija, ugdomi jų socialiniai įgūdžiai. Tam tikrais atvejais gydoma medikamentais (skiriami nuotaiką reguliuojantys vaistai, psichostimuliantai ir kiti).

## PAGRINDINIAI PAGALBOS PRINCIPAI VAIKUI, TURINČIAM ELGESIO SUNKUMŲ

Sunku yra nustatyti bendruosius pagalbos teikimo principus vaikui, kurio elgesys neatitinka socialinių normų ir sutrikdo vaiko adaptaciją. Kiekvieno vaiko atvejis yra individualus ir reikalauja atskiros analizės ir įvertinimo. Visų pirma svarbu yra įvertinti vaiko elgesio problemos prigimtį. Kas sąlygoja vaikų elgesio problemų atsiradimą?

■ **Sutrikusi raida.** Vaikai, patenkantys į globos institucijas, gali turėti įvairių raidos sutrikimų. Elgesio regresas yra vienas iš galimų raidos sutrikimų požymių. Pvz., jei vaiko elgesiui būdingas stipriai išreikštas negatyvizmas, šis elgesys atitiktų normos ribas, jei būtų kalbama maždaug apie trejų metų vaiką, tačiau ne šešerių. Dėl sutrikusios kalbos raiškos ir verbalinio nesupratimo vaiko elgesys gali atrodyti neatitinkantis jo amžiaus normos ir kelti rūpesčių jį prižiūrinčiam personalui (pvz., vaikas gali nereaguoti į tam tikrus paliepimus ir nurodymus ne dėl prieštaraujančio elgesio ypatumų, bet dėl nepakankamo kalbos supratimo). Kai kurių raidos sutrikimų pagrindiniai simptomai pasireiškia labai sutrikusia komunikacija ir socialine adaptacija (vaikų autizmas, įvairiapusis raidos sutrikimas, Aspergerio sindromas). Vaikui, turinčiam raidos sutrikimą, reikalingas kompleksinis raidos įvertinimas ir įvairių specialistų darbas. Rekomenduojama kreiptis į specialistus, dirbančius Vaikų ligoninės filiale Vaiko raidos centre. Svarbu bendrauti ir elgtis su vaiku, atsižvelgiant į jo raidos lygį, taip pat visapusiškai lavinti jo gebėjimus.

■ **Susiformavę neigiami įpročiai.** Dėl nepalankaus ankstyvo patyrimo vaikui ir paaugliui gali susiformuoti tam tikri neigiami įpročiai, pvz., nesitvarkymas, higienos nesilaikymas, žalingi įpročiai (rūkymas ir pan.). Šiuo atveju gali padėti įvairios **elgesio modifikacijos ir korekcijos būdai**. Pvz., galima numatyti tam tikrą teigiamą paskatinimą už neigiamo įpročio, elgesio apraiškų mažinimą arba atsisakymą. Svarbu, jog tas teigiamas paskatinimas būtų reikšmingas pačiam vaikui.

Su paaugliais galima pasirašyti sutartį, kurioje aiškiai apibrėžti, ko yra tikimasi iš jo ir koks galimas atpildas už pozityvias pastangas. Kitas elgesio modifikacijos būdas yra tam tikrų privilegijų iš vaiko atėmimas, jei vaikas pažeidinėja nustatytas taisykles ir netinkamai elgiasi, pvz., galima apriboti laiką, kurį vaikas skiria mėgstamai veiklai (TV žiūrėjimas, kompiuteriniai žaidimai ir pan.).

■ **Socialinių įgūdžių stoka.** Vaikas, gyvenantis globos institucijoje, dėl dažnos nepriežiūros ir netinkamo auklėjimo vaikystėje, gali stokoti socialinių įgūdžių, nežinoti tam tikrų elgesio normų ir standartų, jis gali nesugebėti bendrauti. Viena iš svarbiausių darbo su vaikais, gyvenančiais globos institucijose, krypčių yra jų **socialinių gebėjimų lavinimas**. Geriausiai lavinti socialinius įgūdžius grupinių mokymų metu. Tada yra daugiau galimybių bendrauti, kalbėti, mokyti reikšti savo mintis ir jausmus, ieškoti bendrų sprendimų.

■ **Netinkami jausmų raiškos būdai.** Tinkama jausmų raiška yra viena iš sėkmingos adaptacijos prielaidų. Vaikas gali nežinoti ir nemokėti, kaip tinkamai išreikšti tokius jausmus kaip pyktis, liūdesys, baimė, nerimas. Juk net dažnam suaugusiajam nėra lengva tinkamai išreikšti pyktį ar liūdesį. Menkai save vertinantis, nepasitikintis kitais, užaugęs nepalankiomis sąlygomis vaikas gali nežinoti, kaip reguluoti į stresą, kaip įveikti frustraciją. Jo elgesys gali būti agresyvus kitų arba savo paties atžvilgiu, t. y. kai agresija yra nukreipiama į save. Svarbu parodyti vaikui, jog yra normalu turėti ir teigiamus, ir neigiamus jausmus. Pyktis, baimė, susierzinimas, pavydas, baimė yra suprantami ir natūralūs jausmai. Vaikas turi būti mokomas tinkamų jausmų raiškos būdų, jis turi žinoti, jog nėra blogų jausmų, o yra netinkami jausmų išraiškos būdai. Jausmai yra žmogaus santykių su tikrovės daiktais ir reiškianiais išgyvenimas, jie yra neatsiejama mūsų gyvenimo dalis. Svarbu mokyti vaikus atpažinti jausmus, įsisąmoninti juos ir tinkamai išreikšti. Pvz., pasikalbėjimas su artimu žmogumi gali padėti liūdinti, o aktyvi sportinė veikla dažnai padeda sumažinti įtampą ir nerimą.

■ **Nesusiformavęs prieraišumo jausmas, normalaus prieraišumo stoka.** Pastaruoju metu plačiai pripažįstamas faktas, jog ankstyvieji vaikystės patyrimai yra labai svarbūs tolimesnei vaiko raidai ir socializacijai. Vaikai, užaugę socialinės rizikos, neatliekančiose savo funkcijų šeimose, dažnai neturi sąlygų normaliam prieraišumo jausmui atsirasti, kuris susiformuoja tada, kai vaikas jaučia, jog į jo siunčiamus signalus yra tinkamai reaguojama ir atsiliepiama. Jausdamas, jog šalia nėra žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti ir kuris atitiktų jo poreikius, vaikas nesijaučia saugus, nepasitiki suaugusiaisiais ir menkai save vertina. Priešiškas elgesys su suaugusiaisiais gali būti nesaugaus prieraišumo apraiška.

■ **Dėmesio ir aktyvumo sutrikimas.** Agresyvumas, destruktivūs, konfliktiški ir priešiški santykiai su bendraamžiais, mokymosi problemos gali būti antriniai dėmesio ir aktyvumo sutrikimo simptomai. Pirminiai hiperaktyvaus (hiperkinetinio) elgesio simptomai yra **nedėmesingumas** (vaikui sunku išlaikyti dėmesį, baigti pradėtą darbą, jis greitai išsiblaško, yra užmaršus), **impulsyvumas** (vaikui sunku išlaikyti savo eilės žaidimuose ar socialinėse situacijose, jis dažnai įsiterpia ir trukdo kitiems, atsako į klausimą jo neišklausęs), **hiperaktyvumas** (vaikas nenustygsa vietoje, yra neramus, nuolat juda). Pasak daugelio autorių, hiperaktyvų elgesį dažniau nulemia biologinės nei psichologinės priežastys. Sudarant hiperaktyvaus elgesio keitimo programas, svarbu žinoti pagrindinius veiksmingo darbo su šiais vaikais principus. Svarbu gerokai dažniau atkreipti dėmesį į vaiko elgesį; be to būtinas ir neatidėliotinas atsakas į vaiko elgesį. Hiperaktyvų elgesį patariama motyvuoti stipresnėmis išvadomis ar paskatinimais, dažnai paprasto pasmerkimo ar pagyrimo nepakanka. Sistemiant vaiko elgesį, labai svarbu laikytis pastovumo ir nuoseklumo.

Atsiradę elgesio sunkumai gali būti potrauminio streso arba adaptacijos sutrikimo simptomai, tai gali būti patirtos vaikystėje fizinės ar seksualinės prievartos pasekmė. Be to, vaikas gali turėti elgesio sutrikimą, kurio gydymui reikalinga profesionali pagalba. **Svarbu atsakingai**

įvertinti vaiko psichologinius sunkumus, bendradarbiauti su psichikos sveikatos priežiūros specialistais ir laiku suteikti vaikui profesionalią pagalbą.

Svarbu suprasti netinkamo vaiko elgesio motyvą, t. y. ką šiuo elgesiu nori pasakyti vaikas ar paauglys. Dažnai vaikai, pažeisdami nustatytas elgesio taisykles, stengiasi atkreipti suaugusiųjų dėmesį. Už jo elgesio slypi meilės, pripažinimo ir supratimo poreikiai. Galbūt taip vaikas šaukiasi pagalbos. Reikia įtikinti vaikus, kad dėmesio jie gali sulaukti ir protingai elgdamiesi.

Psichiatras Rudolfas Dreikursas (*Dreikurs*, 1964) manė, jog netinkamas vaiko elgesys yra tikslingas. Jis nurodė šiuos pagrindinius netinkamo elgesio tikslus:

**1. Dėmesys.** Kiekvienas sveikas vaikas siekia suaugusiųjų dėmesio sau, teigiamas suaugusiųjų dėmesys yra svarbus pagrindas vaiko savigarbai formuotis. Tačiau kai kurie vaikai nuolat reikalauja papildomo dėmesio, jie yra triukšmingi, nenuilstantys, mėgsta būti dėmesio centre, stengiasi „pasirodyti“. Siekdami šio tikslo, gali pradėti erzinti kitus vaikus ar suaugusiuosius. Šie vaikai nesunkiai gali išvesti dirbantį su jais personalą iš kantrybės, paprastai jie daugiau drausminami, jiems skiriama daugiau dėmesio. Įdomu tai, jog šiems vaikams geriau jau sulaukti neigiamo dėmesio nei iš viso jokio. Jei mes dažnai atkreipiame dėmesį į jų netinkamą elgesį, ilgainiui, elgdamiesi netinkamai, jie sulaukia taip trokštamo dėmesio. Dirbant su šiais vaikais, geriau dažniau pastebėti jų pozityvų elgesį, pagirti juos, kai jie nereikalauja sau dėmesio ir elgiasi tinkamai, o jų nuolatinių bandymų atkreipti į save dėmesį tyčia nepastebėti.

**2. Jėga.** Kai kurie vaikai jaučiasi svarbūs ir priklausantys kolektyvui tik tuomet, kai yra agresyvūs, kai prieštarauja autoritetams, pažeidinėja nustatytas taisykles, nevykdo paliepiamų, demonstruoja savo jėgą. Jie yra užsispyrę, meluoja ir priešinasi. Nepaklūsta jums, norėdami pasižiūrėti, kiek laiko jus galima varinėti, ir varinėja tol, kol pajunta, jog jūs nenorite toliau su jais kovoti. Mes dažnai pykstame ir jau-



čiamės išprovokuoti, kai susiduriame su šitokiu vaikų pasipriešiniu. Kartais kyla pagunda panaudoti net fizinę jėgą, siekiant įveikti šių vaikų nepaklusnumą, tačiau paprastai fizinės bausmės sustabdo juos labai neilgam. Tačiau vertingesnė strategija, dirbant su jėgą demonstruojančiais vaikais ar paaugliais, – **pasitraukti iš jų provokujamo konflikto**. Svarbu patiems neprarasti emocinės pusiausvyros, kontroliuoti savo elgesį ir būti tvirtiems. Kartais naudinga **pajuokauti, nuginkluojant besipriešinantį vaiką arba net pasiūlyti jam bendradarbiauti** ir atlikti tam tikrą užduotį, pvz., padėti prižiūrėti tvarką valgykloje. Taip jie įgyja teisę ką nors kontroliuoti ar pajauti savo jėgą teisėtai, be to, mokosi prisiiinti atsakomybę.

**3. Kerštas.** Skaudindami kitus, jie patys jaučiasi kažkada įskaudinti ir taip siekia atkeršyti. Jie atrodo nelaimingi, pikti, užsidarę savyje. Siekdami atkeršyti gali žodžiais ar veiksmais įžeidinėti ar skriausti bendraamžius, arba gali užsidaryti savyje, nevykdyti jūsų paliepimų, tik su neapykanta stebėti aplinką. Atrodo, jog jie visus niekina ir yra įsitikinę, jog jų niekas nemyli. Kai šiems vaikams leidžiama atkeršyti, susiformuoja ydingi santykiai, kai vaikas gali palaikyti santykius su kitais tik įsiveisdamas ir įžeisdamas kitus. Reikėtų prisiminti, jog šie vaikai jaučiasi labai susirūpinę, suvaržyti ir nepasitiki savimi. Jeigu vaikas kerštauja, reikėtų vengti atsimokėti jam tuo pačiu. Kur kas geresnė strategija – **užmegzti su šiais vaikais palaikančius, pasitikėjimu grįstus santykius ir taip skatinti jo pasitikėjimą savimi**. Kai vaikas pasijus labiau pasitikintis savimi ir labiau save gerbiantis, jis retai netinkamai elgsis, norėdamas atkeršyti. **Svarbu pagirti šiuos vaikus, padrąsinti ir parodyti, jog priimate juos tokius, kokie jie yra**. Taip pat svarbu mokyti vaikus reikšti savo jausmus tinkamu būdu: pasijutę įžeisti ar įskaudinti, jie turėtų ne keršyti visiems aplinkiniams, o bandyti išsikalbėti, įsisąmoninti jausmus, kitais būdais juos išreikšti.

**4. Pasyvumas ir neadekvatumas.** Kai kurie vaikai jaučiasi nevykėliai ir nepilnaverčiai, jaučia, jog neatitinka ir negali pateisinti savo ir

suaugusiųjų lūkesčių. Jausdamiesi bejėgiai ir nevykėliai, jie nieko nedaro, kitais žodžiais tariant, kol patys jaučiasi blogai, tol ir elgiasi netinkamai. Lengviau nieko nedaryti, nei pabandyti ir suklysti, susidurti su nesėkme. Norėdami kompensuoti savo neadekvatumo jausmą, jie pasirenka vengimo strategiją, kuri gali pateisinti jų neadekvatumą: „Man nepavyks gerai sutvarkyti kambarį“, „Aš esu niekam tikęs žaidėjas ar padėjėjas“ ir pan. Tokios replikos iš suaugusiųjų pusės, kaip antai „Ar negalėtum labiau pasistengti?“ dar labiau sustiprina jų vangstymąsi. Kartais šie vaikai patys tampa šiurkštūs, pradeda priekabauti prie kitų vaikų siekdami, kad ir kiti pajustų baimę ir neadekvatumą. Dirbti su šiais vaikais yra labai nelengva. **Patariama į šiuos vaikus žiūrėti tikroviškai, dirbant su jais, vengti kritikos ir paskatinti bent menkiausią jų pažangą. Svarbu atkurti jų pasitikėjimą savimi ir pagirti juos net už labai nedidelę sėkmę. Galima skirti jiems lengvesnes užduotis, pamažu jas sunkinant ir skatinant pasitikėjimą savo jėgomis.**

Dažnai susiduriama su menka vaikų, gyvenančių globos namuose, mokymosi motyvacija. Jie nenoriai eina į mokyklas, praleidinėja pamokas, bėga iš pamokų. Rengiant vaiko elgesio keitimo programą, svarbu atsižvelgti į tas priežastis, dėl kurių vaikas, gyvenantis globos institucijoje, vengia mokyklos. Globos institucijose gyvenančių vaikų žema motyvacija mokymuisi ir dažnas pamokų praleidimas yra kompleksinė problema, kurioje susipina daugybė veiksnių. Visų pirma tėvų globos netekę vaikai dažnai yra patyrę pedagoginį aplaidumą, vaikystėje jie nebuvo pakankamai skatinami ugdyti įvairius gebėjimus. Mokykloje jie dažnai susiduria su mokymosi sunkumais, labai trūksta žinių, kas sąlygoja žemą pažangumą. Kita problema yra ta, kad dažnai tėvų globos netekę vaikai, kaip jau buvo minėta, stokoja socialinių gebėjimų, dėl to nesugeba prisitaikyti prie mokyklos socialinės aplinkos, patiria sunkumų bendraudami su savo bendraklasiais. Dabar daug dėmesio skiriama priekabiavimui Lietuvos mokyklose. Dažnas vaikas, užaugęs prastomis materialinėmis sąlygomis, psichiškai neatsparus ir menkai save vertinantis, tampa priekabiavimo auka, todėl ateityje jis

gali vengti lankyti mokyklą. Vaikas, gyvenantis globos institucijoje, gali būti linkęs praleisti pamokas ir nelankyti mokyklos ne tik dėl susiformavusio įpročio (jis taip buvo įpratęs daryti, gyvendamas su savo šeima), bet ir dėl to, jog jam sunkiai sekasi mokytis, jam sunku sukaupti dėmesį, o santykiai su bendraklasiais ir mokytojais yra problemiški ir sudėtingi. Vien tik „privertę“ tokį vaiką lankyti mokykloje, problemos neišspręšime. Jam būtina papildoma pedagoginė pagalba po pamokų ir psichologinė pagalba, gerinant jo socialinę adaptaciją, skatinant mokymosi motyvaciją.

Kiekvienoje globos namų bendruomenėje turi būti nustatytos tam tikros elgesio taisyklės ir ribos. Kiekvienas globos namuose gyvenantis vaikas turi aiškiai suprasti ir žinoti šias taisykles. **Tam tikrų ribų nustatymas sukuria vaikui saugumo jausmą**, padeda jam sisteminti savo vidinę patirtį. Kai yra aiškiai nustatytos ribos, vaikas žino, ko iš jo tikisi suaugusieji ir kaip jis gali patvirtinti šiuos suaugusiųjų lūkesčius. Apribojimai, nustatyti vaikams, turėtų būti tvirti ir aiškūs, tačiau reikėtų vengti perdėto nelankstumo ir griežtumo, t. y. tokios sistemos sukūrimo, kurioje vaikas jaustųsi pernelyg suvaržytas, kuri neskatintų jo savarankiškumo ir atsakomybės jausmo ugdymo. Taisyklės padeda ne tik vaikams jaustis tvirčiau, tačiau ir patiems suaugusiesiems padeda sisteminti vaiko elgesį ir jį kontroliuoti.

Svarbu aiškiai apibrėžti ir tam tikras nuobaudas, kurios numatytos, jei jie nesilaikys apribojimų. Tai gali būti tam tikrų privilegijų panaikinimas, vaikui malonios veiklos apribojimas ir pan. Reikėtų vengti už netinkamą elgesį skirti tuos darbus, kuriuos atlikti yra vaiko pareiga ir atsakomybė. Pvz., už tam tikrą nusižengimą neverta skirti vaikui tokios nuobaudos, kaip antai kambario tvarkymas, kadangi kiekvienas vaikas ir paauglys turi pats tvarkyti savo kambarį ir daiktus. Svarbu skirti dvi sąvokas – bausmę ir drausmę. Bausmė dažnai yra skiriama tam, kad sumažintų suaugusiojo frustraciją, tuo tarpu drausmės tikslas yra padėti vaikui patvirtinti suaugusiojo lūkesčius. **Drausmė – tai tinkamo elgesio taisyklės, principai ir standartai**. Taisyklės nubrėžia tam tikras ribas, kurių paisydami vaikai jaučiasi saugūs ir mokosi elgtis socialiai priimtinais būdais. **Bausmė – tai tam tikra bauda skirta vaikui**,

**kai vaikas pažeidžia tėvų nustatytas taisykles ar principus.** Svarbu, jog bausmė būtų adekvati prasižengimui.

Reikia, kad patys globos institucijų darbuotojai **nuosekliai ir atkakliai** laikytųsi šių apribojimų. Visų pirma nustatytų apribojimų turėtų laikytis ir jų paisyti visi globos institucijoje dirbantys darbuotojai ir specialistai, kitaip vaikas gali greitai išmokti manipuliuoti suaugusiais, o pačios nustatytos ribos nebus veiksmingos. Reikalavimai turi būti tokie pat visur. Vaikas turi žinoti, jog tos pačios taisyklės ir elgesio pasekmės galioja tiek namuose, tiek kitose vietose. Apribojimai turi būti tokie pat visiems globos institucijoje gyvenantiems vaikams, o ne tik tiems, kurių elgesys – problemiškas.

Globos institucijoje užaugę vaikai stokoja savarankiško gyvenimo įgūdžių, jie vengia prisiimti atsakomybę. Gyvenant globos institucijoje, jiems nereikia rūpintis maisto ruoša, drabužių skalbimu, savo aplinkos tvarkymu – paprastai šiuos darbus atlieka personalas. Sulaukęs pilnametystės ir palikęs globos namus, dažnas institucijoje gyvenęs jaunuolis susiduria su savarankiško gyvenimo sunkumais – nemoka planuoti savo biudžeto, stokoja buities ir gyvenimo įgūdžių, nesugeba vienodai konkuruoti darbo rinkoje. Lietuvoje tik 2004 metais buvo patvirtinta nacionalinė *Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rėmimo ir integravimo į visuomenę 2005–2008 metais programa*, kurios tikslas – „sudaryti tinkamas tėvų globos netekusio asmens socialinio integravimosi į visuomenę sąlygas, ugdyti asmeniui savarankiško gyvenimo įgūdžius“. Globos namuose augantis vaikas privalo turėti savo pareigų ir atsakomybių, rekomenduojama įtraukti juos į įvairius buities darbus – maisto ruošimą, aplinkos tvarkymą, įvairių renginių organizavimą. Turi būti **skatinama vaiko atsakomybė ir iniciatyva.**

Dažnai į globos namus patenka vaikai jau su įgyta neigiama patirtimi ir susiformavusiais neigiamais įpročiais, kuriems reikalinga specialistų pagalba ir elgesio taisymas. Tačiau globos namuose didelis dėmesys turėtų būti skiriamas įvairių psichologinių problemų ir elgesio sunkumų **prevencijai**: psichologinių krizių, savižudybių, narkotikų ir alkoholio vartojimo, prievartos ir agresijos bei kitų problemų.

Rekomenduojamas ir skatinamas pačios vaikų globos institucijos darbuotojų ir specialistų **bendradarbiavimas ir komandinis darbas**. Dirbant su rizikos grupės vaikais, turinčiais įvairių elgesio sunkumų, būtinas pačios komandos susitarimas, vienybė ir santykių darna. Svarbus taip pat **tarpžinybinis bendradarbiavimas**. Į įvairių atvejų ir iškilusių problemų sprendimą rekomenduojama įtraukti, bendradarbiauti ir konsultuotis su kitų žinybų atstovais: nevyriausybinėmis organizacijomis, teikiančiomis specializuotas paslaugas, nepilnamečių reikalų inspektorais, Vaikų teisių tarnybos specialistais ir kitais. Kartais globos namai, bijodami viešumo, vengia kreiptis pagalbos į kitų žinybų specialistus, kas apriboja tam tikros problemos sprendimo veiksmingumą. Pvz., jei vaikas turi mokymosi sunkumų, nelanko mokyklos, būtina bendradarbiauti su mokykla bei psichologinę pagalbą teikiančiais specialistais.

Vaikams, gyvenantiems globos institucijoje, ypatingai reikalingas jų pripažinimas ir teigiamas paskatinimas. Dažnai mes esame taip susirūpinę dėl nepriimtino vaiko elgesio, jog pamirštame atkreipti dėmesį į jo teigiamus poelgius, pasiekimus, padarytą pažangą. **Būtina stiprinti vaiko pasitikėjimą savimi ir savo jėgomis, skatinti jo kūrybiškumą ir padėti atsiskleisti jo vidiniam potencialui**. Nepamirškime rodyti vaikams meilės ir pagarbos. Taip patenkinsime jų svarbius psichologinius poreikius ir paskatinsime brandžios ir pasitikinčios savimi asmenybės augimą.

# 14

## Savarankiško gyvenimo įgūdžių klausimynas

Siekiant tiksliai įvertinti jaunuolio savarankiško gyvenimo įgūdžius, rekomenduojama įtraukti į šio klausimyno užpildymą ne tik patį jaunuolį, bet ir jo globėją, atsakingą socialinį darbuotoją, arba kitą asmenį, kuris žino jaunuolio įgūdžius.

Jaunuolio pasiekimo lygis yra tas žemiausias lygis, kai jis surenka pakankamą taškų skaičių. Jaunuolis vienose srityse gali būti labai kompetentingas, tačiau kitose srityse turėti tik labai ribotas pagrindines žinias. Turėti pagrindinių kiekvienos srities žinių yra labai svarbu, prognozuojant ilgalaikę savarankiško gyvenimo sėkmę. Planuojant pagalbą jaunuoliui, reikėtų atsižvelgti į jo žinių ir įgūdžių spragas.

Šis klausimynas skirtas jaunuolių (nuo 15 metų) savarankiško gyvenimo įgūdžiams įvertinti. Jis sudarytas, remiantis savarankiško gyvenimo įgūdžių įvertinimo klausimynu, kuris yra naudojamas užsienyje<sup>13</sup> (angl. – *Independent Living Skills Assessment Tool*). Jį gali užpildyti pats jaunuolis arba kiti atsakingi asmenys (globėjai, institucijų personalas ir kiti).

Remiantis atsakymais į klausimyne pateiktus klausimus, galima įvertinti paauglių ir jaunuolių įgūdžių lygį: minimalūs gebėjimai, pakankami gebėjimai, pažangūs gebėjimai ar papildomi gebėjimai. Šis klausimynas yra tik siūlomojo pobūdžio ir galėtų būti pavyzdžiu globojamų vaikų pasirengimo savarankiškam gyvenimui įvertinimui. Neabejojame, kad vaikų socialinės globos teikėjai ir globėjai galės jį papildyti arba turės tam tikrų pastabų dėl jo pataisymo.

<sup>13</sup> Sudarytojas yra Jungtinių Amerikos Valstijų, Vašingtono Valstijos Socialinių ir sveikatos paslaugų skyrius.

## I. PINIGŲ VALDYMAS IR SAVĖS KAIP VARTOTOJO SUVOKIMAS

**Minimalūs gebėjimai – mokėti (žinoti) tris dalykus iš penkių. Šie gebėjimai reikalingi pereiti į kitą lygį.**

- Monetų ir galiojančios valiutos vertę (dydį).
- Apsipirkti vietos parduotuvėje ir paskaičiuoti grąžą.
- Apytikslę pinigų vertę (galėti apytiksliai pasakyti, koks yra minimalus uždarbis, vidutinis atlyginimas, vidutinė automobilio kaina ir pan.).
- Kuo skiriasi „prabanga“ ir „būtinybė“ kalbant apie maistą, drabužius, transportą ir pan.
- Skirtumą tarp išpardavimo kainos ir įprastos kainos.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (žinoti) keturis dalykus iš šešių. Šie gebėjimai reikalingi pereiti į kitą lygį.**

- Atsidaryti mokamosios kortelės arba einamąją sąskaitą.
- Naudotis bankomatu.
- Kokias paslaugas teikia bankas.
- Suplanuoti biudžetą mažiausiai savaitei.
- Skirtumą tarp oficialaus atlyginimo ir į rankas gaunamo atlyginimo (atskaičius mokesčius).
- Naudotis skaičiavimo mašinėle įvairioms matematinėms operacijoms atlikti.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (suprasti) bent du dalykus iš keturių. Šie gebėjimai reikalingi pereiti į kitą lygį.**

- Suplanuoti (su pagalba) mėnesio pajamas ir išlaidas.
- Atsilaikyti prieš įvairias reklamas, kurios skatina be reikalo išlaidauti.
- Pasinaudoti dauguma banko paslaugų (sumokėti mokesčius, atidaryti sąskaitą, užpildyti kvitą ir pan.).
- Mokesčių prasmę ir savarankiškai užpildyti mokesčių kvitus.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (suprasti) tris dalykus iš penkių.**

- Suplanuoti ir atidėti pinigų nenumatytoms išlaidoms.
- Užrašyti visas atliktas operacijas su pinigais (savo išlaidas).
- Pirkti, naudojantis kreditine kortele.
- Kokios yra geros kredito palūkanos.
- Kas yra elektroninė bankininkystė.

## **II. MAITINIMASIS IR MAISTO RUOŠIMAS**

**Minimalūs gebėjimai – mokėti (suprasti) tris dalykus iš keturių.**

- Užsisakyti sau maistą kavinėje arba greito maisto restorane.
- Tinkamai naudotis peiliu ir šakute.
- Kad būtina nusiplauti rankas prieš ruošiant maistą ar valgant.
- Kas yra sveika mityba.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (suprasti) penkis dalykus iš aštuonių.**

- Užsisakyti sau maistą naudodamasis (-asi) pateiktu valgiaraščiu restorane.
- Paruošti paprastus dviejų ar trijų patiekalų pietus vienam asmeniui.
- Susiplanuoti ir nusipirkti maistą parduotuvėje.
- Kas yra sveika mityba ir taupumas, perkant maistą.
- Paruošti pusryčius vienam asmeniui.
- Paruošti pietus vienam asmeniui.
- Paruošti vakarienę vienam asmeniui.
- Tinkamai elgtis prie stalo.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) penkis dalykus iš septynių.**

- Kad gendantys produktai laikomi šaldytuve.
- Atpažinti sugedusį maistą.
- Paruošti nesudėtingą patiekalą pagal receptą.
- Priimtina elgtis prie stalo.
- Tinkamai padengti stalą.



- Sudaryti visos savaitės maistingų patiekalų valgiaraštį.
- Apsipirkti maisto prekių parduotuvėje.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (suprasti) bent tris dalykus.**

- Paruošti sudėtingesnę patiekalą pagal receptą.
- Sudaryti savaitės valgiaraštį ir atitinkamai supirkti produktus.
- Paruošti subalansuotą ir maistingą patiekalą.
- Supirkti produktus ir paruošti valgių sau bei svečiams.
- Produktų maistinę vertę (žinoti, kas yra kilokalorijos (kcal), mokėti apskaičiuoti kai kurių patiekalų maistinę vertę ir pan.).

### III. IŠVAIZDA IR HIGIENA

**Minimalūs gebėjimai – mokėti keturis dalykus iš keturių.**

- Priimtina ir tinkamai apsirengti ir apsiauti (įskaitant apatinį trikotažą, kojines).
- Savarankiškai praustis.
- Naudotis muilu, šampūnu, skutimosi kremu, dezodorantu ir kitomis asmeninės higienos priemonėmis.
- Valytis dantis.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (daryti) tris dalykus iš trijų.**

- Reguliariai maudytis po dušu arba vonioje.
- Reguliariai plautis plaukus.
- Rengtis švariais drabužiais.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti keturis dalykus iš šešių.**

- Skaityti drabužių etiketes ir pasakyti, kokius drabužius galima skalbti tik rankomis, kurių negalima balinti ir pan.
- Rūšiuoti drabužius skalbdamas (-a).
- Džiovinti drabužius.
- Žinoti kainas ir suplanuoti išlaidas papildomoms procedūroms (pvz., manikiūrai, kirpimui kirpykloje ir pan.).

- Lyginti drabužius.
- Prisiūti sagą arba atlikti kitus drabužių taisymo darbus.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) mažiausiai du dalykus.**

- Skalbti drabužius, laikantis nurodymų etiketėse.
- Tinkamai apsirengti įvairiomis progomis.
- Apytikslės sauso valymo kainas bei kur ir kaip užsakyti šias paslaugas.

#### IV. SVEIKATA

**Minimalūs gebėjimai – žinoti keturis dalykus iš penkių.**

- Kad negalima vartoti receptinių vaistų, nepasitarus su vaistininku arba be gydytojų nurodymo.
- Kad alkoholis, narkotikai, tabakas – žalingi sveikatai.
- Apie žmogaus reprodukciją.
- Kūno dalis ir jų pavadinimus.
- Kokiais atvejais ir į ką kreiptis dėl skubios medicininės pagalbos.

**Pakankami gebėjimai – žinoti (suprasti) tris dalykus iš keturių.**

- Peršalimo, gripo ir kitų dažnai pasitaikančių susirgimų simptomus.
- Ką daryti nestipriai susižeidus ar apsideginus.
- Nėštumo ir lytiškai plintančių ligų riziką.
- Piktnaudžiavimo alkoholiu ir narkotikais riziką.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) devynis dalykus iš trylikos.**

- Pasimatuoti temperatūrą.
- Pasirūpinti savimi gripo ar peršalimo atveju.
- Kaip tinkamai vartoti vaistus nuo peršalimo, skrandžio skausmo, alergijos, viduriavimo ir kt.
- Išsikviesti gydytoją į namus arba užsirašyti pas gydytoją.

- Teisingai perskaityti receptą ir laikytis gydytojo nurodymų.
- Be priežiūros tinkamai vartoti vaistus.
- Kaip saugiai laikyti vaistus.
- Kas turi būti pirmosios pagalbos vaistinėje.
- Kaip gauti asmens sveikatos priežiūros kortelės kopiją.
- Kokios yra kontraceptinės priemonės ir kaip jos įsigyjamos.
- Kaip apsaugoti nuo lytiškai plintančių ligų.
- Užsirašyti pas gydytoją ar stomatologą reguliariam sveikatos patikrinimui.
- Supranta sveikatos draudimo svarbą.

**Papildomi gebėjimai – žinoti mažiausiai du dalykus.**

- Kokie yra pagrindiniai sveikos gyvensenos principai.
- Kada reikia kviesti greitąją pagalbą, o kada – užsirašyti vizitui pas gydytoją.

## V. NAMŲ RUOŠA

**Minimalūs gebėjimai – mokėti tris dalykus iš keturių.**

- Tinkamai sumazgoti indus naudojantis indų plovikliu (ir/ar kitomis priemonėmis).
- Pakloti lovą.
- Pakeisti elektros lempuotę.
- Tinkamai laikyti buitines atliekas.

**Pakankami gebėjimai – mokėti tris iš penkių dalykų.**

- Tinkamai naudotis dulkių siurbliu.
- Pakeisti patalynę.
- Valyti kriauklę ir klozetą, kad neužsikimštų.
- Šluoti ir išplauti grindis.
- Kokias švaros priemones reikia naudoti įvairiems švarinimosi darbams.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti penkis dalykus iš septynių.**

- Sustabdyti bėgantį vandenį tualete.
- Sutvarkyti užsikimšusią kriauklę arba klozetą.
- Išvalyti viryklę.
- Atšildyti ir išvalyti šaldytuvą.
- Taupyti energiją ir vandenį.
- Atlikti įprastinius švarinimosi darbus.
- Tinkamai naudoti spintas.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) mažiausiai tris dalykus.**

- Atlikti smulkius namų remonto darbus.
- Už kokius remonto darbus yra atsakingas buto šeimininkas.
- Kaip susisiekti su buto šeimininku ir paprašyti suremontuoti tam tikrus dalykus.
- Pakeisti perdegusį saugiklį.
- Kaip išvengti nepageidautinų įnamių (tarakonų, pelių ir pan.) ir juos išnaikinti.

## **VI. BŪSTAS**

**Minimalūs gebėjimai – žinoti du dalykus iš dviejų.**

- Kokie yra savininko ir nuomininko vaidmenys, suprasti nuomos sąvoką.
- Į ką kreiptis dėl pastogės kriziniu atveju.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (suprasti) tris dalykus iš keturių.**

- Surasti laikraščiuose skelbimus apie nuomojamą būstą.
- Pagrindinius terminus (nuoma, komunalinės paslaugos, nuomos mokestis ir kt.).
- Apytiksliai paskaičiuoti išlaidas, susijusias su įvairaus tipo būsto išlaikymu.
- Apibūdinti bendranuomio plusus ir minusus.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (suprasti) šešis dalykus iš devynių.**

- Įvardyti, koks būstas šiuo metu prieinamas pagal jo (jos) išlaidas ir gali patenkinti jo (jos) poreikius.
- Paskaičiuoti pradinės išlaidas (išlaidas baldams, pradiniam įnašui už nuomą ir pan.).
- Parašyti skelbimą dėl nuomos.
- Paklausti šeiminingą apie nuomojamą būstą taip, kad įsitikintų, ar tenkins jo poreikius.
- Apžiūrėti patalpas ir įvertinti, ar nuomos kaina ne per didelė.
- Atsižvelgti į kitus nuomininkus, turint galvoje triukšmą, nuosavybę, vakarėlius ir pan.
- Koks yra šeiminingo vaidmuo.
- Kas yra nuomos sutartis.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) mažiausiai du dalykus.**

- Gerai sugyventi su šeiminingu ir kitais nuomininkais.
- Į ką kreiptis pagalbos, iškilus konfliktui su šeiminingu.

## **VII. KELIAVIMAS, VAŽIAVIMAS**

**Minimalūs gebėjimai – mokėti (žinoti) tris dalykus iš šešių.**

- Viešojo transporto bilietų kainas ir gebėti juos įsigyti.
- Važiuoti viešuoju transportu nuo vieno taško iki kito (nuo namų iki mokyklos ar darbo ir atvirkščiai).
- Saugiai važiuoti dviračiu.
- Saugos diržų paskirtį.
- Kokio dydžio bauda už važiavimą be bilieto.
- Koks viešasis transportas prieinamas.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (žinoti) tris dalykus iš penkių.**

- Išsikviesti taksi, duoti nurodymus vairuotojui ir kaip sumokėti už važiavimą.

- Važiuoti viešuoju transportu keliskart persėdant (remiantis išankstiniu paaiškinimu).
- Kokios yra važiavimo be vairuotojo teisių pasekmės.
- Nurodyti, kaip važiuoti pagal tam tikrą maršrutą.
- Kokios jam (jai) teikiamos važiavimo viešuoju transportu nuolaidos.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) keturis dalykus iš penkių.**

- Kaip nuvažiuoti autobusu ar traukiniu į kitą miestą (pasitikrinti tvarkaraštį, kur nusipirkti bilietus, kur saugoti bagažą ir kt.).
- Surasti ir pasinaudoti viešojo transporto maršrutų informacija, kad pasiektų kelionės tikslą.
- Naudotis žemėlapiu.
- Suremontuoti dviratį.
- Kaip gauti vairuotojo teises (kokia yra procedūra).

**Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) bent vieną dalyką.**

- Kokios yra automobilio išlaikymo išlaidos.
- Vairuoti automobilį (turėti vairuotojo teises).

## VIII. IŠSILAVINIMO PLANAVIMAS

**Minimalūs gebėjimai – suprasti du dalykus iš dviejų.**

- Savo tikrąsias galimybes baigti viduriniąją mokyklą ir siekti aukštesniojo išsilavinimo.
- Kokios yra kitos galimybės, jei negali studijuoti aukštojoje mokykloje.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (žinoti) tris dalykus iš keturių.**

- Užpildyti stojimo į mokyklą (aukštąją, profesinę) dokumentus.
- Koks išsilavinimas reikalingas norimam darbui.

- Kaip svarbu aptarti savo išsilavinimo ar profesinius planus su konsultantu ar mokytoju.
- Kokios yra norimos profesijos įsigijimo galimybės.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (suprasti) du dalykus iš keturių.**

- Užpildyti stojimo į mokyklą (aukštąją, profesinę) dokumentus.
- Kokį darbą norėtų dirbti ateityje ir turėti tinkamą planą, kaip įgyti reikiamą specialybę.
- Ateities perspektyvas ir galimą gyvenimo kokybę, priklausomai nuo įgyto išsilavinimo ir profesinių įgūdžių bei žinių.
- Kokia yra aukštojo ir profesinio mokslo kaina.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) mažiausiai vieną dalyką.**

- Geriausias galimybes išsilavinimui įgyti.
- Į ką kreiptis pagalbos, kad gautų finansinę paramą (paskolą) studijoms.

## **IX. DARBO PAIEŠKOS ĮGŪDŽIAI**

**Minimalūs gebėjimai – žinoti du dalykus iš dviejų.**

- Kokio pobūdžio darbą jis/ji galėtų dirbti.
- Kokia yra minimali alga Lietuvoje.

**Pakankami gebėjimai – mokėti keturis dalykus iš penkių.**

- Užpildyti standartinę darbo paieškos anketą.
- Susirasti laikraščiuose (ar internete) skelbimus dėl darbo.
- Tinkamai atsakyti į užduodamus klausimus, kalbant su darbdaviu.
- Susitarti dėl pokalbio su darbdaviu.
- Tinkamai pasirengti pokalbiui dėl darbo.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) keturis dalykus iš penkių.**

- Tinkamai pasiruošti pokalbiui su darbdaviu (tinkamai apsi-rengti, atvykti laiku, adekvačiai atsakyti į klausimus ir pan.).

- Parašyti savo gyvenimo aprašymą.
- Parengti motyvacinį laišką.
- Kokios įdarbinimo agentūros funkcijos ir kaip su ja susisiekti.
- Kokios yra Darbo biržos funkcijos.

**Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) mažiausiai du dalykus.**

- Brandžiai įvertinti darbo pasiūlymo privalumus ir trūkumus (darbo valandos, vieta, atlyginimas, mokymo galimybė, socialiniai kontaktai, darbo saugumas ir kt.).
- Parašyti gyvenimo aprašymą su motyvacinium laišku.
- Savo pagrindines kaip darbuotojo teises (remiantis LR civiliniu kodeksu).

## **X. DARBO ĮGŪDŽIAI**

**Minimalūs gebėjimai – mokėti (žinoti) bent tris dalykus iš keturių.**

- Tinkamai rengtis, einant į darbą.
- Kad į darbą reikia ateiti laiku.
- Kaip atlikti darbo užduotis ir savo atsakomybę darbe.
- Kaip susisiekti su darbdaviu tuo atveju, jei negali ateiti į darbą.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (žinoti) bent tris dalykus iš keturių.**

- Savo pareigybinę instrukciją.
- Tinkamai pasikalbėti su savo tiesioginiu vadovu ar priežiūrininku.
- Už kokį elgesį darbuotojas nedelsiant atleidžiamas.
- Kaip paprašyti pagalbos, kai iškyla problemų darbe.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) bent keturis dalykus iš penkių.**

- Atostogų suteikimo tvarką.
- Kokia yra skundo pateikimo procedūra.
- Kaip sulaukti paauskstinimo.
- Palaikyti formalius santykius su kolegomis.



- Kaip suvaldyti savo pyktį, kai supyksta ant vadovo, kolegų, klientų.

### **Papildomi gebėjimai – mokėti (žinoti) mažiausiai tris dalykus.**

- Veiksmingai suvaldyti savo pyktį.
- Kaip reaguoti, kai iškyla įvairūs nesutarimai darbe.
- Nerašytas kompanijos taisyklės ir jų laikytis.
- Kaip paprašyti paaukštinimo.
- Ką reikėtų daryti, norint sulaukti paaukštinimo.
- Savo, kaip darbuotojo, legalias teises.

## **XI. ELGESIO KRITIŠKOSE SITUACIJOSE ĮGŪDŽIAI**

### **Minimalūs gebėjimai – žinoti (mokėti) bent keturis dalykus iš penkių.**

- Policijos, greitosios pagalbos ir gaisrinės funkcijas ir gebėti iškviešti pagalbą.
- Saugiai evakuotis gaisro metu.
- Saugumo principus rūkant (jei rūko).
- Užrakinti ir atrakinti duris, uždaryti langus.
- Kaip patikrinti priešgaisrinę sistemą.

### **Pakankami gebėjimai – mokėti (žinoti) bent tris dalykus iš penkių.**

- Naudotis gesintuvu.
- Gaisro prevencijos pagrindus (nerūkyti lovoje, nepalikti be priežiūros elektros prietaisų ir pan.).
- Kad netinkamai naudojami buitiniai prietaisai gali sukelti gaisrą.
- Atpažinti dujų kvapą.
- Ką daryti, kam paskambinti, jei užuodžia dujų kvapą.

### **Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) bent du dalykus iš trijų.**

- Skirtingus gaisro gesinimo būdus.
- Kada reikalinga profesionali medicininė pagalba.

- Kaip tinkamai saugoti buitines chemijos priemones.

### **Papildomi gebėjimai**

- Mokėti suteikti pirmąją pagalbą sudėtingesniais atvejais.

## **XII. NARKOTIKŲ IR ALKOHOLIO VARTOJIMAS**

### **Minimalūs gebėjimai**

- Turėti supratimą apie narkotikų ir alkoholio vartojimo riziką.

### **Pakankami gebėjimai**

- Mokėti saikingai vartoti alkoholinius gėrimus.
- Žinoti fizines ir juridines alkoholio ir narkotikų vartojimo pasekmes.

### **Papildomi gebėjimai**

- Minimaliai arba visai nevartoti alkoholio ir narkotinių medžiagų.

## **XIII. ŽINIOS APIE BENDRUOMENĖS IŠTEKLIUS**

### **Minimalūs gebėjimai – žinoti bent keturis dalykus iš penkių.**

- Kaip gauti skubią informaciją telefonu.
- Su kuo galėtų susisiekti ligos ar sužeidimo atveju.
- Kur yra artimiausias prekybos centras.
- Kaip, ištikus krizei, gauti pastogę ir maistą.
- Telefoninės pagalbos galimybę.

### **Pakankami gebėjimai – žinoti bent tris dalykus iš penkių.**

- Kur yra artimiausias policijos komisariatas.
- Kur yra artimiausias bankas.
- Kur yra artimiausias paštas.

- Kaip nuvykti į Socialinės paramos skyrių.
- Kaip nuvykti į Vaikų teisių apsaugos tarnybą.

**Pažangūs gebėjimai – žinoti bent tris dalykus iš penkių.**

- Kur kreiptis, jei pasimetė, išsigando, jaučiasi prislėgtas, sunerimęs, paliegęs, sužeistas, neturi maisto ar pinigų ir pan.).
- Kur kreiptis, jei yra neprieinamos komunalinės paslaugos (pvz., atjungta elektra).
- Kaip ir kur užsiregistruoti atitinkamai paslaugai gauti.
- Apie specializuotą pagalbą ir jos galimybes (pvz., psichikos sveikatos priežiūros paslaugas).
- Kur yra namą administruojanti įmonė.

**Papildomi gebėjimai**

- Žinoti, kokie mikrorajono atstovai buvo deleguoti į miesto/rajono tarybą.

**XIV. TEISINIAI ASPEKTAI**

**Minimalūs gebėjimai – žinoti du dalykus iš dviejų.**

- Telefono numerį, kam galėtų paskambinti suėmimo atveju.
- Kokie veiksmai prieštarauja įstatymams ir kokios yra pasekmės už nusižengimus (pvz., vagystė prieštarauja įstatymui ir už šį veiksma galima sėsti į kalėjimą).

**Pakankami gebėjimai – žinoti keturis dalykus iš septynių.**

- Savo teises suėmimo atveju.
- Advokato funkcijas.
- Apie nemokamų teisinių paslaugų galimybę.
- Kaip reikėtų skaityti sutartį.
- Kokio amžiaus jaunuolis gali legaliai nusipirkti alkoholio ir cigarečių.
- Kokia yra balsavimo procedūra.
- Ką reiškia sąvoka „legalus“.

**Pažangūs gebėjimai – žinoti bent du dalykus iš trijų.**

- Bet kokios sutarties pasirašymo pasekmės.
- Nemokamos teisinės pagalbos prieinamumą.
- Kokia yra juridinė bausmė už šiuos prasižengimus:
  - narkotikų platinimą ir įsigijimą;
  - alkoholio gėrimą draudžiamose vietose;
  - įsibrovimą į svetimą valdą;
  - vagystę parduotuvėje;
  - svetimos nuosavybės pasisavinimą;
  - eismo taisyklių pažeidimą.

**Papildomi gebėjimai – žinoti bent du dalykus.**

- Savo kaip piliečio pareigas ir atsakomybes.
- Kokia yra balsavimo procedūra.
- Skirtumus tarp „sunkaus nusikaltimo“, „nusižengimo“ ir „pažeidimo“.

## **XV. TARPASMENINIŲ SĄVEIKŲ ĮGŪDŽIAI**

**Minimalūs gebėjimai – mokėti penkis dalykus iš penkių.**

- Sureaguoti į pasisveikinimą, pakalbinimą ir atsakyti į paprastus klausimus.
- Atpažinti kieno nors draugą.
- Sveikinantis žiūrėti kitam asmeniui į akis ir paspausti ištiestą ranką.
- Palaikyti neilgą pokalbį (akis į akį).
- Per savaitę pabendrauti bent su vienu asmeniu.

**Pakankami gebėjimai – mokėti (suvokti) bent keturis dalykus iš šešių.**

- Asmenines ribas.
- Kad negalima daryti kitiems žalos.
- Susipažinti trumpai prisistatant kitiems.
- Paprašyti pagalbos.

- Įvardyti savo išgyvenamus jausmus.
- Atpažinti santykius, kurie gali būti žalingi ar pavojingi.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) aštuonis dalykus iš dvylikos.**

- Įsitraukti į socialinius kontaktus.
- Kas pagelbės, jei nesugeba pats (-i) išspręsti tarpasmeninių konfliktų.
- Spręsti konfliktus.
- Kad fizinė jėga nėra būdas konfliktams spręsti.
- Savo stipriąsias ir silpnąsias savybes.
- Įsitraukti į socialines veiklas su bendraamžiais.
- Pasakyti „Ne“ bendraamžiui, kai yra skatinamas (-a) atlikti netinkamą veiksmą.
- Susidaryti tikrovišką planą, tikslui pasiekti.
- Įgyvendinti planą su tam tikra pagalba iš šalies.
- Koks geriausias rezultatas, jei tikslą pasieks, ir koks blogiausias, jei nepasieks.
- Apibūdinti santykį tarp veiksmų ir pasekmių.
- Vengti skaudžių ar pavojingų santykių.

**Papildomi gebėjimai – mokėti mažiausiai tris dalykus.**

- Išreikšti pyktį ir kitus intensyvius jausmus socialiai priimtiniu būdu.
- Užmegzti socialinius kontaktus su bendraamžiais.
- Tvirtai pasakyti „Ne“.
- Nutraukti santykius tinkamu būdu.
- Sudaryti ir vykdyti tikslo siekimo planą.

**XVI. NĖŠTUMAS, TĖVYSTĖ IR VAIKŲ PRIEŽIŪRA**

**Minimalūs gebėjimai – mokėti (žinoti) penkis dalykus iš penkių (pildo visi jaunuoliai).**

- Kaip apsisaugoti nuo nėštumo.

- Kur yra Šeimos planavimo centras.
- Kontraceptines priemones.
- Kodėl pavojinga vartoti alkoholį, narkotikus, tabaką nėštumo metu.
- Kokia yra tinkama nėščiosios priežiūra.

**Pakankami gebėjimai – žinoti (mokėti) dešimt dalykų iš dešimties (pildo nėščios merginos arba vaikų turintys jaunuoliai).**

- Kur kreiptis nėščiosios priežiūros paslaugoms gauti.
- Kad negalima palikti vaiko be priežiūros.
- Tinkamai prižiūrėti vaiką.
- Kaip elgtis, kai būna vienas (-a) su vaiku.
- Maudyti vaiką ir keisti sauskelnes.
- Bendruomeninių paslaugų šeimoms prieinamumą.
- Kaip įtraukti vaiką į pozityvų žaidimą (skaitymą, piešimą, konstravimą, kt.).
- Kaip tinkamai slaugyti vaiką.
- Išrinkti vaikui tinkamą auklę.
- Kur kreiptis pagalbos, jei vaikas serga.

**Pažangūs gebėjimai – mokėti (žinoti) penkis iš šešių dalykų (Nėštumas arba tėvystė).**

- Išrinkti tinkamus pagal vaiko amžių ir raidą žaislus.
- Sudrausminti vaiką be kraštutinių priemonių (negalima rėkti, mušti).
- Kad nuvežti vaiką į darželį ir pasiimti jį iš ten reikia nustatyti laiku.
- Parinkti tinkamą vaiko priežiūros ir ugdymo įstaigą.
- Tinkamai leisti laiką su vaiku (bendrauti, kartu žaisti ir pan.).
- Ką prašyti pagalbos, jei iškyla sunkumų, susijusių su vaiko auginimu.

**Papildomi gebėjimai**

- Žinoti, ar vaiko elgesys atitinka jo amžių ir raidą.

## **PAPILDOMA INFORMACIJA**

Planuojant jaunuolio savarankišką gyvenimą, svarbu atsižvelgti ne tik į jo savarankiško gyvenimo žinių ir įgūdžių lygį, bet ir jo poreikius. Tai galėtų padėti planuoti jam pagalbą.

### **Fizinė sveikata**

1. Ar jaunuolis turi chroniškų sveikatos problemų arba negalių?
  - Proto negalia.
  - Regos sutrikimai.
  - Klausos sutrikimai.
  - Judėjimo (motorinės) sutrikimai.
  - Valgymo sutrikimai.
  - Kita (įrašyti).
2. Ar jaunuolis globos laikotarpiu buvo išitraukęs į kokią nors rizikingą veiklą?
  - Alkoholio ar/ir narkotikų vartojimas.
  - Ankstyvas lytinis gyvenimas.
  - Pabėgimai.
  - Savęs žalojimas.
  - Savižudiški bandymai.
  - Kita (įrašyti).

### **Išsilavinimas, profesinis lavinimas, įsidarbinimas**

1. Ar jaunuolis yra baigęs:
  - pradinę mokyklą?
  - vidurinę mokyklą?
2. Ar išskildavo mokykloje kokių nors problemų?
  - Pamokų praleidinėjimas.
  - Elgesio problemos (priekabiavimas prie kitų moksleivių, agresyvumas, konfliktai su mokytojais).
  - Mokymosi sunkumai.
  - Kita (įrašyti).

3. Kokie buvo pozityvūs aspektai jaunuoliui mokantis mokykloje (pasiekimai sporto ar kitoje popamokinėje veikloje, pažangumo pagerėjimas, kt.).
4. Ar jaunuolis turi darbo patirties? Kokios (darbo stažas, darbo sfera)?

### **Tapatumas**

1. Ar jaunuolis palaiko santykius su savo biologine šeima? Su kuo, kaip dažnai?
2. Jei nepalaiko santykių su savo šeima, ar turi kokios nors informacijos apie ją ir jos narius?
3. Koks yra jaunuolio požiūris į save?
  - teigiamesnis
  - neigiamesnis?

### **Šeimos ir socialiniai santykiai**

1. Ar jaunuolis turi reikšmingus santykius su šeimos nariais, buvusiais globėjais, darbuotojais ar kitais suinteresuotais jo gerove asmenimis, į kuriuos jis galėtų kreiptis ištikus krizei?
2. Ar jaunuolis turi kur apsigyventi, jei iškiltų krizinė situacija?
3. Ar jaunuolis turi ilgalaikius santykius su priešingos lyties partneriu?
4. Ar yra sukūręs (-usi) šeimą? Ar turi vaikų?

### **Emocinė ir elgesio raida**

1. Ar turi kriminalinės patirties?
2. Ar yra teistas (-a)?
3. Ar buvo konsultuotas/gydytas stacionare dėl elgesio ar emocinių sunkumų ir sutrikimų?

### **Socialinis pateikimas**

1. Koks yra jaunuolio socialinių įgūdžių lygis?
  - geras;
  - patenkinamas;
  - prastas.



2. Ar jaunuolis patyrė kokių nors sunkumų sąveikaudamas su suaugusiais arba bendraamžiais dėl:

- jo išvaizdos;
- bendravimo įgūdžių;
- elgesio.

### **Savęs priežiūra**

**Koks yra jaunuolio kompetencijos lygis šiose srityse?**

a) Lėšų planavimas maistui, nuomai, mokesčių mokėjimui, laisvalaikiui:

Nežymus. / Pradinis. / Įsitvirtinantis. / Įsitvirtinęs. / Nepakanka informacijos įvertinti.

b) Asmeninės higienos ir švaros gyvenamojoje aplinkoje palaikymas:

Nežymus. / Pradinis. / Įsitvirtinantis. / Įsitvirtinęs. / Nepakanka informacijos įvertinti.

c) Savo poreikių tenkinimas naudojantis valstybinių institucijų, finansinių įstaigų ir kitų instancijų paslaugomis:

Nežymus. / Pradinis. / Įsitvirtinantis. / Įsitvirtinęs. / Nepakanka informacijos įvertinti.

# 15

## Naudinga literatūra

Rengiant našlaičius ir tėvų globos netekusius vaikus savarankiškam gyvenimui, gali būti naudinga ši lietuvių kalba prieinama literatūra:

**„Gyvenimo įgūdžių ugdymo programa“. LR švietimo ir mokslo ministerija, 2004. Parengė: L. Bulotaitė, V. Gudžinskienė.**

Šią programą sudaro šešių knygelių komplektas, kuriame aprašoma gyvenimo įgūdžių ugdymo programa, jos įgyvendinimas ir vertinimas bei pateikiamos rekomendacijos, kaip ugdyti įgūdžius skirtingo amžiaus vaikams. Programoje aprašoma, kokių įgūdžių vaikas turi išmokyti įvairiais amžiaus tarpsniais ir pateikiami praktinių užsiėmimų ir pratimų pavyzdžiai.

**„Konfliktai ir bendravimas. Vadovas po konfliktų valdymo labirintą.“ Atviros Lietuvos Fondas. Vilnius, 1996.**

Šis vadovas skirtas įvairiems specialistams, dirbantiems su vaikais. Tai labai konkreti ir praktiška vaikų supažindinimo su bendravimu ir konfliktais priemonė. Joje pateikiamos bendravimo ir konfliktų sprendimo lavinimo pamokos, kurias galima naudoti, dirbant su įvairaus amžiaus vaikais.

**Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo universalioji programa. LR švietimo ir mokslo ministerija.**

Programa visų pirma yra skirta mokytojams, dirbantiems su skirtingo amžiaus vaikais. Joje yra aprėpti visi mokyklinio amžiaus tarpsniai, apibrėžti tikslai ir pasiūlytos temos, rengiant vaikus ir paauglius šeimai bei ugdant jų lytiškumą.

**Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa. LR švietimo ir mokslo ministerija, 2006.**

Programos tikslas – ugdyti asmenį, motyvuotą sveikai gyventi, nevaruoti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų. Programoje yra struktūruotai išdėstyta, kokie pasiekimai, žinios, įgūdžiai ir vertybinės nuostatos psichoaktyvių medžiagų atžvilgiu turėtų būti diegiami skirtingais vaiko amžiaus tarpsniais.

**Šeima ir tėvų globos netekusio vaiko raida.** Pileckaitė-Markovienė M., Lazdauskas T. Vilnius, 2007. Knygoje stengiamasi įrodyti šeimos ir jos vertybių reikšmę vaikų raidai, psichologinius motinystės ir tėvystės aspektus, psichologinius vaikų, netekusių tėvų, ugdymo ypatumus, aptarti augančių globos įstaigose vaikų rengimo šeimyniniam gyvenimui perspektyvas. Dirbant su tėvų globos netekusiais vaikais, ypatingai vertingi skyriai, apžvelgiantys vaikų, netekusių tėvų, ugdymo globos įstaigose ypatumus, psichologinės pagalbos teikimą vaikams, netekusiems tėvų globos ir jų parengimą šeimyniniam gyvenimui.

# 16

## Literatūros sąrašas

- Ansell C., Morse J., Nollan K., Hoskins R. Life Skills Guideline. Casey Family Programs. 2004.
- Bulotaitė L. Alkoholio ir kitų narkotikų vartojimo prevencija mokykloje. V., 2000.
- Bulotaitė L., Pivorienė R. V., Sturlienė N. Drauge su vaiku. Psichologo patarimai mokytojams. Vilnius, 2001.
- Life Skills Guidebook. Contributors: Ansell D., Morse J., Nollan K. A., Hoskins R. Casey Family Programs, 2004.
- Černiauskiene M. Apie priklausomybę sukeliančias medžiagas ir jų vartojimo prevenciją ugdymo institucijose. V., 2000.
- Dapkutė A., Korsakaitė E., Dapkutė R. Dailės terapijos taikymo narkomanų reabilitacijai analizė Lietuvoje (metodinės rekomendacijos). 2005.
- Davidavičienė A. G., Stonienė L. Narkotikų vartojimo ir ŽIV/AIDS prevencija ugdymo institucijose. Metodinės rekomendacijos. V., 2000.
- Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Programa. Rengėjai ir sudarytojai: Bulotaitė L., Gudžinskienė V. Vilnius, 2003.
- Gričiūtė A. Asmenybės psichinio atsparumo šaltiniai: teorija ir praktika. Kaunas, 2005.
- Furnissas T. Vadovėlis įvairių sričių specialistams apie vaikų seksualinį išnaudojimą. Vilnius, 2004.
- Independent Minimum Living Standarts Recommended For Children In Care. OPPAGA. Report No. 04-78. November, 2004.
- Juodaitytė A. Socializacija ir ugdymas vaikystėje. Vilnius, 2002.
- Jungtinių Tautų vaiko teisių konvencija.
- Kvieskienė G. Socializacija ir vaiko gerovė. Vilnius, 2003.
- Leaving Care Plan (Care Leaving Plan and Strategy Document). Timeside Metropolitan Borough Council Children and Families Services Unit. 2002.

- Leaving Care: Options and Recommendations Paper for Consultation. Department of Human Services. Melbourne, 2002.
- Lietuvos Respublikos civilinis kodeksas.
- Lietuvos Respublikos vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymas.
- Lietuvos Respublikos vaiko globos įstatymas.
- Lietuvos Respublikos socialinių paslaugų įstatymas.
- Lietuvos Respublikos socialinio draudimo įstatymas.
- LR socialinės apsaugos ir darbo ministro įsakymas „Dėl socialinių paslaugų katalogo patvirtinimo“ (2006-04-05 Nr. A1-93).
- Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rėmimo ir integravimo į visuomenę 2005–2006 metų programa.
- Nitsch C., Shedelling C. Kaip nustatyti vaikams leistino elgesio ribas. Vilnius, 1999.
- Pathways to independence and independence: the leaving care initiative. A study and good practice development project prepared for Child protection and juvenile justice, the Department of Human Services, Victoria. May, 2000.
- Pileckaitė-Markovienė M., Lazdauskas T. Šeima ir tėvų globos netekusio vaiko raida. Vilnius, 2007.
- Protocols and Procedures For Preparation For Leaving and After Leaving Care Services. Department for Community Development Government of Western Australia. February, 2006.
- Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo universalioji programa. LR švietimo ir mokslo ministerija.
- Rogge. J. Vaikams reikia ribų. Vilnius, 2004.
- Sakalauskas G. Vaiko teisių apsauga Lietuvoje. Vilnius, 2000.
- Socialinis pranešimas 2004. Socialinės apsaugos ir darbo ministerija, 2005.
- Socialinių įgūdžių ugdymo vadovas. Vilnius, 2001.
- Vaitekonienė V. Jei jūsų vaikas hiperaktyvus. Patarimai ir pasiūlymai tėvams, 2005.
- Žalimienė L. Socialinės paslaugos. Vilnius, 2003.
- Žukauskienė R. Raidos psichologija. Vilnius, 2004.
- Žilinskienė E., Gudžinskienė V. Gyvensena ir sveikata. Vilnius, 2003.
- Пряжников Н. С. Профорентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). – М.: ВАКО, 2005.
- Кле М. Психология подростка // Психология подростка. Российское Педагогическое Агенство, 1997.

# PRIEDAI

## *Priedas Nr. 1*

### SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ UGDYMO PRATYBŲ<sup>14</sup> PAVYZDŽIAI:

Pagrindinis pratybų tikslas – skatinti vaikų savęs pažinimą, lavinti ir stiprinti vaikų socialinius įgūdžius. Pratybų metu siekiama mokyti vaikus konstruktyviai, veiksmingai spręsti jiems iškylančias problemas, skatinti saviraišką ir kūrybiškumą bendraujant, gerinti prisitaikymą prie visuomenės, ugdyti savigarbą.

**1 pratybos.** Susipažinimas. Neegzistuojančio gyvūno piešimas. Vaikų elgesio stebėjimas ir bendros psichoemocinės būsenos įvertinimas, poreikių identifikavimas.

**2 pratybos. Savęs ir savo draugo pristatymas.**

*Pratybų tikslas* – vaikų susipažinimas tarpusavyje, mokymasis pristatyti save ir savo draugą. Grupės atmosferos kūrimas.

Vienas iš svarbiausių socialinių įgūdžių yra bendravimo įgūdis. Konstruktyviam bendravimui reikalingas sugebėjimas aiškiai ir sklandžiai formuluoti savo mintis bei mokėti atidžiai klausyti. Svarbu, kad vaikai nuo pat mažens ugdytų savo bendravimo įgūdžius. Pirmas žingsnis būtų mokyti pristatyti save ir savo draugą.

<sup>14</sup> Remtasi Socialinių įgūdžių ugdymo vadovu. Vilnius, 2001.

Vaikai žaidžia žaidimą „Pažintis“, kuriuo metu jie gali visai grupei pristatyti kitą žmogų. Vaikai turi išiminti svarbiausią informaciją apie partnerį, kad galėtų papasakoti apie jį visiems kitiems vaikams. Šio žaidimo metu pabrėžiamas kiekvieno vaiko individualumas. Vaikai suskirstomi į poras ir gauna nurodymą sužinoti kuo daugiau apie savo partnerį. Vaikai skatinami išsiaiškinti, kaip jų pašnekovas gyvena, kiek turi brolių ar seserų, su kuo draugauja ir pan. Paskui pora pasikeičia vaidmenimis. Šio žaidimo pabaigoje vaikai grįžta į ratą ir kiekvienas pristato kitiems savo partnerį. Po žaidimo vaikai pasidalina savo įspūdžiais ir skatinami dalyvauti diskusijoje:

- Ar patiko tavo partnerio klausimai?
- Kas tau labiau patiko: atsakinėti į klausimus ar užduoti klausimus?
- Ką naujo ir įdomaus sužinojai apie kitus vaikus?
- Ko dar norėtum paklausti savo partnerio ar kitų vaikų?
- 

Po žaidimo su vaikais yra aptariama, ką svarbu ir naudinga papasakoti apie save, prisistatant kitiems, kaip geriausiai pristatyti savo draugą.

### **3 pratybos. Jausmų pažinimas ir išreiškimas.**

**Pratybų tikslas** – jausmų suvokimo įgūdžių lavinimas. Mokymasis, kaip pažinti įvairius jausmus ir juos išreikšti.

Svarbu mokyti vaikus, kad kalbėtų apie jausmus, nes tai – normalu ir teisinga, jog tai netgi gali suteikti malonumo ir pasitikėjimo savimi. Dažnai patys suaugusieji nėra linkę daug kalbėti apie savo jausmus su kitais. Tačiau taip praleidžiamas vienas iš svarbiausių bendravimo aspektų. Todėl vaikams turėtų būti suteikta galimybė kalbėti apie savo ir kitų žmonių jausmus.

Šių pratybų metu vaikai mokomi atpažinti įvairius jausmus bei įvardinti juos. Taip yra mokoma vieno iš svarbiausių bendravimo dalykų. Mokant vaikams yra rodomos kortelės, kuriose pavaizduoti skirtingi žmogaus jausmai. Vaikams duodama užduotis – sugalvoti kuo daugiau sinonimų, apibūdinančių pavaizduotą jausmą. Taip vaikai yra mokomi atpažinti ir įvardinti jausmą.

Po šio žaidimo su vaikais yra aptariami veiksmai, iš kurių galima atpažinti kito žmogaus jausmus:

1. Stebėti kitą žmogų. Atkreipti dėmesį į žmogaus pozą, veido išraišką, ką žmogus daro ir sako, kaip jis tai sako.
2. Įvardyti, kaip tavo manymu, žmogus jaučiasi. Prisiminti įvairių jausmų apibūdinimus, vartotus pirmoje pratybų dalyje.
3. Paklausti, kaip kitas žmogus jaučiasi (arba – ar jaučiasi taip, kaip tu manai). Su vaikais aptarti, kada geriau: palaukti, kol žmogus nurims, ir tik tada pasiteirauti, kaip jis jaučiasi.

#### 4 pratybos. Pyktis ir liūdesys.

**Pratybų tikslas** – jausmų suvokimo (tęsiama) bei savikontrolės įgūdžių lavinimas. Per pratybas nagrinėjamos šios temos:

- kaip išreikšti pyktį;
- kaip išreikšti savo liūdesį;

Dažnai vaikai nemoka atskirti pykčio ir liūdesio jausmų, todėl šiuos jausmus išreiškia nekonstruktyviais būdais: reaguoja agresyviai į pykčio ar liūdesio sukėlėjus arba užsidaro savyje. Svarbu paaiškinti vaikams, jog pykti ir liūdėti yra labai natūralu ir suprantama. Taip pat svarbu parodyti, kaip galima išreikšti šiuos jausmus, kaip gali padėti pasidalijimas savo jausmais su artimais žmonėmis.

Pratybų metu su vaikais aptariamos situacijos, kuriose vaikams kyla pyktis, tipiškai vaikų elgesio būdai tose situacijose bei tokio elgesio pasekmės. Taip pat vaikų prašoma papasakoti, kaip jie paprastai reiškia pyktį ir kaip jį suvaldo.

Toliau vaikai yra suskirstomi į grupes po tris. Kiekviena grupelė gauna aprašytą situaciją, kurią vaikams reikia suvaidinti. Vaikai vaidina situacijas, sukeliančias pyktį ar liūdesį. Taip vaikai vaidindami parodo, kaip jie yra įpratę išreikšti šiuos savo jausmus. Vėliau šios situacijos yra aptariamos kartu su vaikais ir ieškoma geriausio šių jausmų išraiškos būdų. Aptariama ir tai, kaip suvaldyti savo pyktį. Įvardijami konkretūs žingsniai:

1. Sustok ir suskaičiuok iki 10.
2. Pagalvok apie galimas elgesio alternatyvas:
  - a) pasakyk žmogui, kad tu pyksti;



- b) kuriam laikui nueik į šalį;
  - c) atlik atsipalaiduojamąjį pratimą.
3. Pasirink tinkamiausią elgesio būdą.

## 5 pratybos. Komplimentai.

*Pratybų tikslas* – bendravimo ir draugystės palaikymo įgūdžių lavinimas:

- kaip pasakyti ir reaguoti į komplimentą;
- kaip paprašyti pagalbos;
- kaip palaikyti draugystės ryšius, kas yra geras draugas.

Bendravimo įgūdžiams bei savigarbai ugdyti yra labai svarbu mokėti pasakyti komplimentą ir tinkamai reaguoti į pasakytą komplimentą. Tai ypatingai svarbu droviems, mažai bendraujantiems bei savimi nepasitikintiems vaikams.

Per pratybas vaikai mokosi sakyti vieni kitiems komplimentus. Vaikai žaidžia žaidimą, susėdę ratu, o vienas iš dalyvių atsideda rato viduryje. Visi iš eilės kreipiasi į vaiką, esantį rato viduryje, vardu ir pasako jam kokį komplimentą. Stengiamasi, kad visi vaikai galėtų pabūti rato viduryje. Vėliau vyksta žaidimo analizė. Analizuojami tokie dalykai:

- Kaip tu jauteisi, būdamas rato viduryje?
- Ar tau buvo malonu išgirsti apie save gerų žodžių?
- Ar išgirdai ką nors netikėto? Ar sužinojai naujo apie save?
- Kodėl kartais svarbu kitiems žmonėms sakyti komplimentus?
- Ar dažnai sakai komplimentus kitiems?
- Kaip jautiesi sakydamas komplimentą kitiems?

Šių pratybų metu vaikams ugdomas dar vienas svarbus įgūdis – mokėti ko nors paprašyti kitą žmogų. Vaikai yra prašomi prisiminti situacijas, kai jiems teko ko nors prašyti. Aptariami tokie klausimai, kaip:

- Ar lengva yra paprašyti ko nors kitą žmogų?
- Kokie kyla sunkumai? Kas yra sunkiausia?
- Kas tau padeda tokiu atveju?

Aptariami konkretūs veiksmai, kaip ko nors paprašyti kitą žmogų:

1. Apsispręsk, ar tau reikia (ar nori) ko nors paprašyti.
2. Apsvarstyk, ką sakysi.
3. Prašyk draugiškai.
4. Nepamiršk padėkoti.

## 6 pratybos. Mano teigiamos ir neigiamos savybės.

**Pratybų tikslas** – savęs pažinimo įgūdžių lavinimas. Mokymasis atpažinti ir priimti savo stipriąsias ir silpnąsias puses.

Svarbus socialinis įgūdis yra mokėjimas atpažinti ir suvokti savo teigiamas ir neigiamas savybes. Pirmojoje pratybų dalyje vaikai prašomi parašyti (ar nupiešti) 5 savo teigiamas ir 5 neigiamas savybes. Vėliau vaikai parodo tai, ką nupiešė (parašė) kitiems dalyviams. Diskutuojama:

- Kaip jauteisi rašydamas (piešdamas) savo teigiamas ir neigiamas savybes?

- Kas buvo lengviau: parašyti (nupiešti) teigiamas ar neigiamas savybes?

- Ar lengva apie tai kalbėtis su kitais grupės vaikais?

Antrojoje pratybų dalyje su vaikais kalbama apie tai, ką jie mėgsta daryti. Vaikų mėgstamos veiklos suvokimas, skatina jų savigarbos ugdymą. Vaikams liepiama nupiešti piešinį, kad, į jį pažiūrėjus, iškart būtų aišku, jog jie veikia tai, kas jiems iš tiesų labai patinka. Vėliau vaikų paprašoma parašyti, ką piešinyje veikia ir ką jaučia tai darydami.

## 7 pratybos. Klaidos.

**Pratybų tikslas** – vaikų savigarbos ugdymo skatinimas. Per pratybas nagrinėjama tema „Ką aš darau, kai suklystu ir kaip taisyti klaidas.“

Vaikai neišvengiamai klys daug kartų. Tačiau svarbu, jog suklydę vaikai savęs negraužtų, neprarastų pasitikėjimo savimi. Jei vaikai pernelyg jautriai reaguos į daromas klaidas, gali pablogėti jų savęs vertinimas, formuotis neigiama nuomonė apie save. Tačiau svarbu taip pat mokėti prisiiimti atsakomybę už daromas klaidas ir stengtis jas ištaisyti.

Vaikų prašoma prisiminti ir nupiešti (jei nori), kokią nors savo didelę klaidą. Vėliau kartu su vaikais yra aptariami šie klausimai:

- Ką paprastai darai, kai suklysti?
- Ar labai išgyveni dėl to, kad suklydai?
- Ar gali po to, kai tau kas nors nepavyko, pradėti kitą darbą?
- Ar stengiesi kartoti kokį nors veiksmą daug kartų tol, kol išmoksi?
- Su kuo pasidalini savo džiaugsmu, kai kas nors pavyksta? Ir kt.

Vaikams pabrėžiama, kad klysti yra normalu. Iš klaidų mes mokomės.

## **8 pratybos. Aš praeityje, dabar, ateityje.**

Pratybų metu tęsiama savęs pažinimo tema:

- koks aš buvau vaikystėje;
- koks esu dabar;
- koks norėčiau būti ateityje.

Šių pratybų metu vaikų prašoma pavaizduoti save (nupiešti ar aprašyti) prieš 5 metus, dabar, po 10, po 20 ir po 60 metų. Taip pat su vaikais aptariami tokie dalykai:

- koks yra skirtumas tarp to manęs, kuris buvo prieš 5 metus ir dabar;
- ką aš dabar sugebu, ką pasiekiau;
- kokie pagrindiniai suaugusiųjų gyvenimo bruožai;
- ar mane gąsdina suaugusiųjų gyvenimas;
- ar aš jau galvojau apie tai, kuo norėčiau būti;
- kaip jaučiuosi fantazuodamas apie savo ateitį ir kt.

## **9 pratybos. Stresinės situacijos.**

- Kas yra man stresinė situacija.
- Kaip reaguoti į nesėkmę.
- Kaip reaguoti į reiškiamą nepasitenkinimą.

Kasdieniam gyvenime mes neišvengiamai susiduriame su situacijomis, kurios mums kelia stresą. Neabejotinai tokiose situacijose atsiranda ir vaikai. Tai gali būti įvairios situacijos, pvz., kai vaikas jaučiasi nesaugus, kai vaikas susiduria su patiriama nesėkme, jam reiškiamu nepasitenkinimu. Tai, kaip vaikas reaguoja į tokias situacijas, gali turėti įtakos jo savigarbai, socialiniams santykiams, bendram mokėjimui prisitaikyti.

Pirmiausiai su vaikais yra aptariamos įvairios situacijos, kurios kelia nerimą ir įtampą. Aptariami galimi elgesio būdai tokiose situacijose.

Vėliau su vaikais kalbama apie reagavimą į kitų žmonių reiškiamą nepasitenkinimą dėl jų elgesio:

- Pagalvokite, kaip jūs elgiatės, kai kitas žmogus jums sako, kad jam nepatinka jūsų elgesys?

- Kokie jausmai tuomet jums kyla?
- Ką jūs darote? Ką sakote kitam žmogui?
- Ar stengiatės pakeisti elgesį, sukėlusį kitų nepasitenkinimą?

Vėliau vaikams pasiūloma susiskirstyti į grupes po tris ir pamėginti suvaidinti reakcijas į įvairias situacijas, kuriose vaikas patiria nesėkmę ar kažkas reiškia jam nepasitenkinimą.

Su vaikais aptariama, kaip reaguoti į reiškiamą nepasitenkinimą:

1. Pirmiausiai pamėgink išklaudyti. Atkreipk dėmesį į savo neverbalinį elgesį – jis turi rodyti, jog klausaisi.
2. Jei ko nors nesupranti, draugiškai paklausk.
3. Nuspręsk, ar nepasitenkinimas pagrįstas.
4. Pagalvok, kaip galėtum pasielgti:
  - a) nuoširdžiai atsiprašyti;
  - b) paaiškinti savo elgesį;
  - c) pasiūlyti, ką galima daryti ir kt.
5. Pasirink tinkamiausią elgesio būdą.

Su vaikais taip pat aptariama, kaip reaguoti į nesėkmę. Pateikiami reagavimo į nesėkmę būdai:

1. Nuspręsk, ar tau išties nepasisekė. Galbūt tiesiog išsikėlei sau pernelyg didelius tikslus.
2. Pagalvok, kodėl tau nepasisekė.
3. Atmink, jog kiekvienam kartais nepasiseka. Tai – ne pasaulio pabaiga.
4. Pagalvok, kaip galėtum elgtis:
  - a) paprašyti ką nors pagalbos;
  - b) imtis mėgstamos veiklos;
  - c) atlikti atpalaiduojamuosius pratimus ir kt.
5. Padaryk tai, ką pasirinkai.
6. Nuspręsk, kaip elgsiesi kitą kartą.
7. Sudaryk tolesnio elgesio planą.

## **10 pratybos. Saugus kelias namo (jaunesniojo amžiaus vaikams).**

***Pratybų tikslas*** – vaikų savisaugos įgūdžių lavinimas.

Vieni iš svarbiausių vaikų įgūdžių yra savisaugos įgūdžiai. Tai įgūdžiai, kurių įgijęs, vaikas mokėtų apsisaugoti ir tinkamai reaguoti į įvai-

rias grėsmę jo saugumui ir gyvybei keliančias situacijas. Su vaikais aptariamos šios temos:

- Kaip saugiai elgtis gatvėje? Kaip saugiai pereiti gatvę?
- Kaip elgtis, kai tave kalbina nepažįstamas žmogus?
- Kaip elgtis, kai draugas siūlo imtis pavojingos veiklos?
- Kur kreiptis pagalbos, kai tave ištinka bėda?
- Kokie yra pagalbos tarnybų telefonų numeriai?
- Kaip elgtis, kai prieš tave yra naudojamas smurtas? Ir kt.

Vaikams suteikiama informacija apie pagrindines tarnybas, kurios gali padėti, kai ištinka bėda (policija, greitoji medicininė pagalba, Vaikų teisių apsaugos tarnyba ir kt.).

Žinioms ir įgūdžiams patikrinti vaikai žaidžia žaidimą „Kelias namo“. Žaisdami atsakinėja į įvairius klausimus apie įvairias grėsmę saugumui keliančias situacijas ir savo reakciją į jas.

## 11 pratybos. Jausmų išreiškimas, pykčio valdymas

### *Pratybų tikslai:*

- Įvertinti jausmų atpažinimo ir išreiškimo įgūdžius;
- Perteikti pykčio valdymo pradmenis.

### **Pratimai:**

**Mano jausmai.** Dalyviai pasiskirsto į grupėles po tris ir kiekvienas pakomentuoja, kaip tuo metu jaučiasi ir kodėl. Visi susėda ratu ir pasiruošia išsakyti savo jausmus ir lūkesčius garsiai.

- Kaip aš jaučiuosi, kai išsakau savo jausmus?
- Ką man reiškia mano jausmai?

**Kaip išreikšti jausmus?** Nurodymas: išreikšti jausmus reikia nekaltinant kitų. Įsivaizduokite, kad labai susipykote su draugu. Iš dviejų perskaitytų teiginių nuspręskite, kuris labiau padėtų išsiaiškinti santykius.

*Pirmasis. Tu niekada neklausai, ką aš sakau, su tavimi neįmanoma draugauti.*

*Antrasis. Man liūdna, kad tu visai neklausai manęs, aš tau visai nerūpiu.*

Pirmasis teiginys yra „Tu“ – jis gali žeisti, sukelti neigiamus jausmus, bendravimas gali tapti komplikuoatas. Antrasis teiginys yra „Aš“, kurį visada patariama vartoti, kalbant apie savo jausmus.

Kokius privalumus įgyjame, kai gebame išreikšti savo jausmus?

- Parodome, jog mūsų jausmai ir mintys yra mūsų nuosavybė.
- Kad atsakome už save ir savo jausmus.
- Kai prisiimame atsakomybę už save, galime sušvelninti konfliktus arba apskritai jų išvengti.
- Išreiškiame savo jausmus taip, kad oponentui nekiltų noras gintis.

## 12 pratybos. Empatinis pažinimas.

### *Tikslai:*

- mokyti įsisauginti kitų žmonių jausmus, įsijausti į jų būsenas;
- suprasti tai, ką kitas žmogus nori pasakyti.

### *Pratimai:*

**Diskusija.** Empatija – tai įsijautimas į kito žmogaus būseną, gebėjimas pabūti kito žmogaus vietoje ir jausmingai reaguoti. Ji padeda mums suprasti, kodėl kitas žmogus vienaip ar kitaip elgiasi, leidžia pamatyti, kada kitas žmogus jaučiasi nelaimingas ir pan. Suprasti kitą žmogų padeda neverbalinė komunikacija – tai žmogaus veido išraiška, judesiai, kūno laikysena, balso skambesys.

**Ką aš noriu pasakyti?** Grupė suskirstoma į dvi dalis. Vienos grupės narys vaizduoja be žodžių, tik judesiais žodį ar pasakymą. Kita grupė turi atspėti vaizduojamą žodį ar pasakymą. Kai žodis ar pasakymas atspėjamas, grupės pasikeičia vaidmenimis.

**Aptarimas.** Įvardijama, kas padėjo atspėti tai, ką grupės nariai norėjo pasakyti.

**Veidrodis.** Dalyviai pasiskirsto poromis. Vienas apsimeta veidrodžiu. Veidrodis privalo tiksliai kartoti tai, ką kitas poros narys daro. Paskui dalyviai pasikeičia vaidmenimis. Reikia pabandyti vaizduoti personažus, atskirus žodžius, judesius.

**Pakartok sakinį.** Grupės nariai sėdi ratu. Vienas pasako kokį nors sakinį, kitas turi jį pakartoti ir būtinai tokia pačia intonacija.

**Paskirk pasimatymą.** Dalyviai vaidina poromis. Vienas gauna lapą, ant kurio parašyta, kur jis turi paskirti savo draugui pasimatymą. Pasimatymą reikia paskirti be žodžių. Draugas turi spėti. Abu dalyviai turi atlikti ir vieną, ir kitą vaidmenį.

*Priedas Nr. 2*

**PROFESINIO ORIENTAVIMO DARBO SU GRUPE  
METODIKOS (10–15 ŽMONIŲ)<sup>15</sup>**

**ŽAIDIMAS „DOVANA“  
(„Mėgstamiausias patiekalas“, „Karnavalinis kostiumas“)**

**Metodikos tikslas** – padėti jaunuoliams išsąmoninti tam tikrų profesijų ypatumus ir specifiką.

**Žaidimo trukmė:** 30–40 minučių.

(Žaidžiama susėdus ratu)

**Užduotis:**

*Įsivaizduokite, kad mes turime bendrą draugą (vėliau mes pasitikslinsime, kas yra tas draugas), kuris visus mus pakvietė į savo gimtadienį. Atsakyti ir neiti negalima. Per 30 sekundžių kiekvienas turi sugalvoti, kokią dovaną jis paruoš savo draugui. Be to, reikia įvykdyti tris sąlygas: 1 – dovana turi turėti užuominą į jo profesiją (vėliau mes pasitikslinsime, kokia profesija); 2 – dovana turi būti neįprasta, ypatinga (įsivaizduokime, kad draugas turi stiprų humoro jausmą ir gali net iššieisti, jei įteiksime jam kokią nors įprastą dovaną); 3 – dovana turi būti įperkama jums.*

<sup>15</sup> Pagal Пряжников Н. С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). – М.: ВАКО, 2005.

1. Kartu su grupe vadovas apibūdina įsivaizduojamą draugą – moteris ar vyras, amžius ir būtinai jo (jos) profesija.
2. Skiriamas laikas (maždaug 30 sekundžių), kad kiekvienas sugalvotų savo dovaną.
3. Tada kiekvienas paeiliui įvardija savo dovaną. Tuo pačiu metu dalyviai ir vadovas gali pasitikslinti tam tikrą informaciją ir užduoti klausimus, pvz.:

*Kokį ryšį turi ši dovana su draugo profesija?*

*Kiek kainuos dovana? Ir pan.*

Tokie klausimai labai aktyvina dalyvius, nes skatina juos atsakingiau rinkti dovaną. Argumentuodamas savo dovaną, žaidėjas turi susieti ją su profesijos ypatumais. Tokiu būdu atsiskleidžia įdomiausios šios profesijos pusės.

4. Žaidimo pabaigoje nusprendžiama, kieno dovanos buvo pačios įdomiausios.

Galima pasiūlyti kitą šio žaidimo variantą, kai dalyviai susiskirsto į nedideles grupes (po 2–5 žmones) ir svarsto, ką padovanoti draugui. Vėliau aptariama, kokios grupės dovana yra labiausiai vykusia.

Labai panašiai galima organizuoti žaidimus „Karnavalas“ ir „Mėgstamiausias patiekalas“.

Žaisdami „Maskaradą“ dalyviai sugalvoja įdomiausią ir ypatingą karnavalinį kostiumą iš anksto sugalvotos profesijos asmeniui. Labai svarbu pagrįsti, kodėl šis karnavalinis kostiumas labiau tiktų būtent šios profesijos asmeniui.

Žaidžiant „Mėgstamiausią patiekalą“, dalyviams reikia sugalvoti mėgstamiausią patiekalą vienam arba kitam profesionalui. Pvz., estrados dainininkui gali būti lėkštė kvapių ledinukų (kad burnos kvapas būtų gajvus), mokytojui ar psichologui – keptuvė saulėgražų (nervams nuraminti) ir pan. Čia irgi labai svarbu susieti patiekalus su turimų omenyje profesijų ypatumais.



## ŽAIDIMAS „PROFESIJA, PRASIDEDANTI RAIDE...“

**Žaidimo tikslas** – praplėsti žaidžiančiųjų žinias apie profesijų pasaulį arba aktualizuoti jau turimas žinias apie profesijas. *Žaidimo trukmė*: 5-15 minučių.

(Žaidžiama susėdus ratu)

### **Užduotis:**

*Dabar bus įvardyta tam tikra raidė. Mūsų uždavinys yra parodyti, jog mes žinome labai daug profesijų, kurios prasideda šia raide. Kiekvienas paeiliui įvardys po viena profesiją, prasidedančią šia raide.“*

Vadovas įvardija pirmą raidę, o žaidėjai paeiliui vardina profesijas. Jeigu įvardijama nepažįstama daugeliui dalyvių profesija, vadovas prašo papasakoti apie šią profesiją daugiau. Jeigu žaidėjas nesugeba paaiškinti, tai laikoma, jog profesija neįvardyta ir teisė įvardyti pereina iš eilės kitam žaidėjui (pagal griežtesnes taisykles, žaidėjas, kuris nesugebėjo įvardyti profesijos, iškrenta iš žaidimo ir išėina iš rato).

Visiškai nebūtina, kad dalyviai įvardytų oficialius ir tikslus profesijų pavadinimus, užtenka, kad bent apytiksliai apibūdintų tam tikrą profesinę veiklą ir atsakytų į patikslinančius klausimus.

Patariama, jog vedantysis neskirtų daugiau raidžių, nei 5–7. Kitaip žaidimas jau nebus dalyviams toks įdomus. Patirtis rodo, kad šis iš pirmo žvilgsnio labai paprastas žaidimas leidžia netiesiogiai koreguoti žaidėjų įsivaizdavimą apie tam tikras profesijas.

## ŽAIDIMAS „PATI GERIAUSIA...“

**Žaidimo tikslas** – praplėsti dalyvių žinias apie profesijų pasaulį. *Žaidimo trukmė*: 15–30 minučių.

*Pagrindiniai etapai*

(Užsiėmimas vyksta ratu)

### **Užduotis:**

*Dabar mes pasiūlysiame jums tam tikras neįprastas profesijų charakteristikas (savybes), o jūs paeiliui turėsite įvardyti tas profesijas, kurios labiausiai atitinka įvardytas charakteristikas.*

1. Vadovas įvardina pirmąją savybę, o dalyviai paeiliui (ratu) siūlo savo profesijų variantus. Jeigu kyla abejonių, kad buvo įvardyta profesija, kuri labiausiai atitinka tam tikrai savybę, galima užduoti patikslinančius klausimus.
2. Toliau įvardijama kita charakteristika ir t. t. Iš viso tokių savybių turi būti įvardyta ne daugiau nei 5–7.

### **Aptarimas:**

Labai svarbus šio žaidimo elementas yra jo aptarimas. Vadovas turi gerbti dalyvių nuomonę apie profesijas, kadangi jų profesijų vertinimai gali būti labai subjektyvūs. Bet kartu „pačios geriausios“ profesijos įvardijimas turi remtis tam tikromis objektyviomis žiniomis. Pvz., jei dalyviai pačia pelningiausia „profesija“ laiko Seimo narių darbą, galima paklausti jų, ar jie žino, kiek tiksliai uždirba Seimo nariai (lyginant su kitomis gerai apmokamomis profesijomis). Aptarimo metu galima nuspręsti bendromis pastangomis, kuri profesija yra geriausiai apmokama ir pan.

Kad žaidimas vyktų įdomiai ir nenuobodžiai, vadovas turi iš anksto atrinkti pačias įdomiausias savybes, kurias įvardys grupei. Tai gali būti tokios savybės (charakteristikos): pati žaliausia profesija; pati saldžiausia profesija; „plaukuočiausia“ profesija; nepadoriausia profesija; vaikiškiausia profesija; juokingiausia profesija ir pan.

## **ŽAIDIMAS „PROFESIJŲ GRANDINĖ“**

**Žaidimo tikslas** – ugdyti dalyvių gebėjimus rasti bendrų bruožų skirtingose profesinėse veiklose.

**Žaidimo trukmė:** 10–15 minučių.

(Žaidžiama susėdus ratu)

### **Užduotis:**

*Dabar mes ratu sukursime „profesijų grandinę“. Aš įvardysiu pirmą profesiją, pvz., metalurgas, kitas dalyvis įvardys kitą profesiją, kuri turi tam tikrų bendrų ypatybių su anksčiau įvardyta profesija, pvz., virėjas. Dar kitas dalyvis įvardys profesiją, kažkuo panašią į virėjo profesiją ir t.t. Labai svarbu, jog dalyvis sugebėtų paaiškinti, kuo panašios įvardytos profesijos, pvz., ir metalurgas, ir virėjas dirba didelėje kaitroje ir pan.*

Žaidžiant vadovas patikslindamas paklausia: „Koks yra panašumas tarp įvardytos jūsų profesijos ir prieš tai įvardytos profesijos“. Ar sėkmingai įvardyta profesija, ar ne, galutinai nusprendžia grupė.

Aptariant žaidimą, svarbu atkreipti dalyvių dėmesį į tai, jog tarp labai skirtingų profesijų kartais galima rasti labai įdomių ir netikėtų panašumų. Tokie netikėti panašumai gali rodyti tai, kad žmonėms, kurie renkasi savo profesinį kelią, neverta apsiriboti tik vienu pasirinkimu. Juk tai, ko žmogus ieško vienoje (ir tik vienoje profesijoje), gali turėti ir kitos, lengviau prieinamos profesijos.

Patirtis rodo, jog šis žaidimas gali pabosti dalyviams, jei bus žaidžiamas daugiau nei du kartus.

Kartais panašumai tarp profesijų gali turėti humoristinį atspalvį. Pvz., kas yra bendro tarp troleibuso vairuotojo ir universiteto profesoriaus? Pasirodo, jog abiejų profesijų atstovai gali pasireikšti prieš auditoriją.

## **ŽAIDIMAS „DIENA IŠ GYVENIMO“ („Sapnas iš gyvenimo...“)**

**Žaidimo tikslas** – praplėsti dalyvių įsisažmoninimo lygį ir žinias apie tam tikro specialisto profesinės veiklos tipiškas ir savitas savybes.

**Žaidimo trukmė:** 15–25 minutės.

(Žaidimas vyksta ratu)

### **Užduotis:**

1. Vadovas kartu su dalyviais apsisprendžia, kokia profesija bus nagrinėjama žaidimo metu (pvz., fotomodelio).

*Dabar mes bendromis jėgomis pasistengsime sukurti pasakojimą apie įprastą mūsų darbuotojo – fotomodelio darbo dieną. Pasakojimą sudarys tik daiktavardžiai. Pvz., pasakojimas apie mokytojo darbo dieną galėtų būti toks: skambutis – pusryčiai – pamoka – dvejetukininkai – klausimas – atsakymas – ketvertas – mokytojų kambarys – skandalas – pamoka – pirmūnai – skambutis – namai – lova.*

*Šio žaidimo metu mes pasižiūrėsime, ar jūs sugebate įsivaizduoti, kaip atrodo fotomodelio darbo diena. Labai svarbi sąlyga: prieš pasakydamas naują daiktavardį, kiekvienas žaidėjas turi pakartoti visus daiktavardžius, kurie buvo pasakyti prieš jį. Taip mūsų pasakojimas atrodys kaip visuminis kūrinys. Norint geriau įsiminti visus daiktavardžius, patariama žiūrėti į tuos žmones, kurie juos vardina, tarsi susieti žodžius su konkrečiais žmonėmis.*

2. Vadovas įvardija savo daiktavardį, o kiti dalyviai paeiliui vardija savo daiktavardžius, būtinai pakartodami viską, kas buvo įvardyta prieš juos. Jeigu žaidėjų nėra daug (6–8 žmonės), galima apeiti du ratus; tada žaidėjai turės įvardyti po du daiktavardžius.

### **Aptarimas:**

Vadovas gali paklausti dalyvių, ar išėjo visuminis kūrinys. Ar kas nors nesugadino pasakojimo savo nelabai vykusiai parinktu daiktavardžiu? Jeigu pasakojimas išėjo labai painus ir neaiškus, kurio nors dalyvio galima paprašyti savo žodžiais papasakoti, apie ką buvo pasakojimas, kas vyko. Taip pat galima aptarti, ar tiksliai ir tipiškai sukurtas pasakojimas atspindėjo tam tikros profesijos atstovo darbo dieną.

Patirtis rodo, jog paprastai šis žaidimas vyksta labai įdomiai, tačiau nepatariama jo žaisti daugiau nei du kartus su tais pačiais dalyviais.

Labai įdomiai gali būti žaidžiamas panašus žaidimas „Sapnas iš gyvenimo...“ Šio žaidimo metu dalyviai gali dar laisviau ir kūrybiškiau fantazuoti, nes kalbama apie kurios nors profesijos atstovo nepaprastą sapną.

## ŽAIDIMAS „ŽMOGUS – PROFESIJA“

**Žaidimo tikslas** – išmokyti dalyvius asociacijų, vaizdiniais susieti žmogų (taip pat ir save) su profesijomis ir tokiu būdu sustiprinti dalyvių pasirengimą skirti profesinius stereotipus.

**Žaidimo trukmė:** 10–15 minučių.

(Žaidžiama susėdus ratu)

### **Užduotis:**

*Dabar mes išsirinksime vadovą. Jis pabandys atspėti, apie ką iš žaidimo dalyvių kalbama. Atspėti jam padės tik viena užuomina: visi dalyviai įvardys profesiją, su kuria dalyvis (kurį vadovas turės atspėti) asocijuoja si. Profesijos gali kartotis.*

1. Išrinktas arba savanoris vadovas išeina į koridorių, o kiti dalyviai greitai ir tyliai pasirenka kurį nors dalyvį iš likusiųjų. Bet gali būti pasirinktas ir pats vadovas, juk grįžęs iš koridoriaus, jis taip pat sėdės rate žaidimo metu.
2. Pakviečiamas vadovas, jis sėdasi į ratą. Kiekvienas dalyvis paeiliui turi įvardyti profesiją.
3. Tada vadovas turi įvardyti tuos dalyvius, kurie, jo nuomone, geriausiai atitinka įvardytas profesijas. Jeigu žaidėjų nedaug (6–8 žmonės), galima pakartoti žaidimą.

**Aptarimas:** Jeigu kuris nors dalyvis buvo klaidingai įvardytas, jo galima paklausti, kiek jo vaizdas atitinka įvardytas profesijas, t. y. ar labai smarkiai apsiriko vadovas. Taip pat galima paklausti ir to žmogaus, kurį reikėjo atspėti, ar jis sutinka su jam priskirtomis profesijomis (kiek jos atitinka jo savęs vaizdą). Vadovo galima paklausti (kai jis jau žinos, kokį dalyvį turėjo atspėti), kieno atsakymai jam padėjo, o kieno suklaidino.

## ŽAIDIMAS „AUTOPORTRETAS“

**Žaidimo tikslas** – sustiprinti dalyvių gebėjimus susieti išorines žmonių charakteristikas su jų profesijomis.

**Žaidimo trukmė:** 20–40 minučių.

(Žaidimas vyksta susėdus ratu)

1. Dalyviai gauna iš abiejų pusių švarų popieriaus lapą.
2. **Užduotis:** popieriaus lape kiekvienas turi nupiešti save. Piešinys turi užimti visą lapą, turi būti išdėstytas centre, piešti reikia tik veidą. Geriausia nupiešti savo veidą greitai. Pasirašyti nereikia.

Jeigu kas nors iš žaidėjų pareiškia, jog jis nemoka piešti, galima pasakyti, jog kiekvieno žmogaus piešinys yra genialus (taip sako didieji dailininkai). Bet jeigu kas nors kategoriškai atsisako piešti, tai labai spausti nereikia. Tačiau jei tokių žmonių atsiranda daugiau (daugiau nei du–trys žmonės), geriau šio žaidimo nežaisti.

3. Vadovas greitai surenka lapukus ir demonstratyviai juos sumaišo.
4. Iš karto po to vedantysis išdalina lapukus žaidėjams, bet jau atsitiktinai.
5. **Nauja užduotis:** įdėmiai pasižiūrėkite į piešinį, pasistenkite suprasti, kas tai per žmogus, ką jis sugeba, bet nesistenkite sužinoti, kas čia nupieštas. Kitoje pusėje (švarioje) parašykite vieną profesiją, kuri, jūsų nuomone, geriausiai siejasi su pavaizduotu veidu. Tada perduokite lapelį kaimynui iš dešinės, o paimkite kaimyno iš kairės lapelį ir padarykite tą patį. Jeigu gausite lapelį su savo autoportretu, taip pat parinkite jam profesiją. Tokiu būdu visi lapeliai turi „apeiti“ ratą. Profesijos viename lapelyje gali kartotis.
6. Tada vadovas surenka visus lapelius, sumaišo juos ir pradeda sumuoti rezultatus. Paimamas pirmasis lapelis. Vadovas parodo dalyviams, kas jame nupieštas ir skaito, kokios profesijos užrašytos kitoje lapelio pusėje.

Jokiu būdu negalima klausti, kieno šitas lapelis, o dar ir įteikti jį autoriui, nes dažnai paaugliams jų piešiniai būna labai juokingi ir ne kiekvienas tokiu atveju gali jaustis gerai. Kai baigsis žaidimas, vadovas

gali padėti visus lapelius ant stalo ir pasiūlyti dalyviams susirasti savo autoportretus ir pasiimti juos atminimui.

Svarbu turėti omenyje tai, jog kartais žaidėjai gali užrašyti labai nepadorias profesijas (pvz., prostitutė, gatvių šlavėjo vyriausiasis padėjėjas ir pan.). Vadovas, skaitydamas profesijas, turi būti atidus ir nepadorių profesijų tiesiog neįvardyti.

Vadovas taip pat gali žaisti kartu su dalyviais. Kartais tai padeda užmegzti geresnį kontaktą su žaidėjais.

## ŽAIDIMAS „KAS YRA KAS?“

**Žaidimo tikslas** – suteikti dalyviams galimybę susieti save su skirtingomis profesijomis.

**Žaidimo trukmė:** 5–7 minutės.

(Žaidžiama susėdus ratu)

1. Vadovas paklausia dalyvių, kokios profesijos juos labiausiai domina, tas profesijas užrašo ant lentos (maždaug 10–15 pavadinimų). Žaidžiant vadovas vardija šias profesijas.

### **Užduotis:**

*Dabar aš vardysiu profesijas ir kiekvienas iš dalyvių per tris sekundes turi pasižiūrėti į kitus dalyvius ir apsispręsti, kuriam ši profesija geriausiai tinka. Kai aš suplošiu, visi vienu metu turi parodyti ranka savo išrinktą žmogų (kuriam ši profesija labiausiai tinka).*

2. Nurodę savo draugus, visi tam tikram laikui turi sustingti, kad vadovas galėtų suskaičiuoti, kiek rankų rodo į kiekvieną žmogų.

Šis žaidimas yra gana paprastas, bet žaidėjai dažniausiai labai įsitraukia į jį.

## PROFESINIO ORIENTAVIMO ŽAIDIMAS „KLIŪTYS“

**Žaidimo tikslas** – padėti jaunuoliams įsisaugoti galimas kliūtis, siekiant profesinio tikslo.

**Žaidimo trukmė:** 20–30 minučių.

(Žaidžiama susėdus ratu)

1. Kartu su grupe pasirenkamas tam tikras profesinis tikslas (įstojimas į aukštąją mokyklą, jos baigimas, darbas konkrečioje įmonėje, karjeros siekimas ir pan.).
2. Iš grupės pasirenkamas savanoris, kuris vaidins „išsigalvotą“ žmogų (jeigu savanoris nori, jis gali vaidinti ir save). Svarbu iš karto apibūdinti tą žmogų: lytis, amžius (pageidautina, kad amžius būtų panašus į dalyvių amžių), išsilavinimas, šeimos padėtis ir kt. Tačiau tų skiriamųjų ypatybių neturėtų būti labai daug!

### **Užduotis:**

*Dabar kiekvienas dalyvis, žinodamas, kokių tikslų siekia mūsų pagrindinis herojus (išsigalvotas ar tikras), turės sugalvoti keletą kliūčių, trukdančių jam siekti profesinio tikslo. Tos kliūtys gali būti tiek išorinės (kokie nors aplinkos veiksniai), tiek ir vidinės (paties žmogaus). Kiekvienam partartina sugalvoti po dvi–tris kliūtis tam atvejui, jei kiti dalyviai sugalvos tokias pačias. Taip pat kiekvienas turi pagalvoti ir apie tai, kaip šias kliūtis įveikti. Tada kiekvienas paeiliui įvardija po vieną kliūtį, o pagrindinis herojus turi iš karto (negalvodamas) pasakyti, kaip šias kliūtis galima įveikti. Žaidėjas, įvardijęs kliūtį, turi taip pat pasakyti, kaip būtų galima ją įveikti. Vadovas su grupės pagalba (balsuojant ar kitokiu būdu) pasirenka, kuris kliūtis įveikimo variantas yra geriausias. Laimėtoju (pagrindiniam herojui ar kitam grupės nariui) rašomas plusas. Jeigu žaidimo pabaigoje, pagrindinis herojus turės daugiausiai plusų, tai reikš, jog jis sugebėjo įveikti pagrindines kliūtis siekdamas savo profesinio tikslo.*

3. Toliau žaidėjai, įskaitant ir pagrindinį herojų, popieriaus lapeliuose užrašo pagrindines kliūtis, trukdančias siekti profesinio tikslo.



4. Kiekvienas paeiliui įvardija savo kliūtį. Jeigu pasirodo, jog kažkokia kliūtis yra aiškiai išgalvota, pati grupė turi nuspręsti, ar verta tokią kliūtį aptarti.
5. Iš pradžių pagrindinis herojus pasako, kaip galima šią kliūtį įveikti.
6. Tada savo kliūties įveikimo variantą pasako žaidėjas, kuris ir sugalvojo tą kliūtį.
7. Vadovas kartu su grupe nusprendžia, kieno atsakymas yra geriausias, įdomiausias ir tikroviškiausias.
8. Pagaliau sumuojami visi rezultatai (ar sugebėjo pagrindinis herojus įveikti kliūtis ar ne). Apibendrinant žaidimą, galima pasižiūrėti, ar sugebėjo pagrindinis herojus dar pirminiame etape numatyti galimas kliūtis savo popieriaus lape.

Žaidžiant gali kilti labai įdomios diskusijos, dalyviai gali noriai dalytis savo patirtimi. Vadovas turėtų skatinti produktyvias diskusijas, taip pat stebėti, kad žaidimas vyktų gyvai ir neužstrigtų dėl neesminių smulkmenų.

*Priedas Nr. 3*

**DAILĖS TERAPIJOS GALIMYBĖS, DIRBANT SU TĖVŲ  
GLOBOS NETEKUSIAIS VAIKAIS<sup>16</sup>**

**Seminarų tikslai:**

1. užimti;
2. atsipalaiduoti;
3. skatinti pasinerti į patį kūrybos procesą;
4. savistaba – laikas ir dėmesys sau ir savo vidiniam emociniam pasauliui bei savęs pažinimui;
5. padėti reabilituotis, skatinant pažinti ir stiprinant teigiamą savęs įvaizdį;
6. skatinti pozityvius išgyvenimus kūrybinio proceso metu;
7. skatinti meninę saviraišką, kūrybiškumą bei ugdyti vaizduotę;
8. padėti įsisąmoninti problemas, per piešinį pažvelgti į save iš šalies;
9. išgyventi kuo įvairesnius jausmus – stimuliuoti jausmines reakcijas;
10. užkardyti atkrytį;
11. ugdyti bendravimo įgūdžius, padėti išeiti iš savo „Aš“ izoliacijos.

---

<sup>16</sup> Siūlomi seminarai ypač rekomenduojami jaunuoliams, turintiems priklausomybę nuo narkotinių medžiagų ar alkoholio. Seminarų aprašymą parengė A. Dapkutė.

## Dailės terapijos taikymo technikos bei teminės gairės:

### I dalis

- Stimuliavimas ir relaksacija.
- Skatinti imtis kūrybos ir išreikšti bei pažinti savo jausmus; piešiant, patirti kūrybos džiaugsmą, atsipalaiduoti. Patirti emocinį pasitenkinimą.
- Susipažinimas su dailės terapija, saugios ir palaikančios atmosferos kūrimas.

#### *Dailės terapijos technikos:*

Improvizacija tema „Kaip dabar jaučiuosi“.

Spalvos ir emocijos – laisvas piešimas.

Laisvas piešimas pagal muziką.

Fantastinis gyvūnas.

### II dalis

- Kūryba kaip bendravimas. Socialinių įgūdžių lavinimas.
- Bendras piešimas. Grupės aktyvumo stimuliavimas, tarpasmeninių ryšių užmezgimas per bendrą piešimą ir piešinių aptarimą.

#### *Dailės terapijos technikos:*

Kolektyvinis piešimas bendrame lape.

Piešimas poromis.

Piešimas, siunčiant darbą ratu visiems grupės nariams.

Dovana draugui.

Ženklas kaip kvietimas bendrauti.

### III dalis

- Nukreipiamoji dailės terapija kaip palaikymo ir kompensacijos priemonė.
- Individualus darbas: asmenybės vidinių galių išryškinimas, kūrybinio potencialo akcentavimas. Pasirengimas keisti savo elgesį ir motyvacijos keistis skatinimas.

*Kūrybinio proceso metu galima modeliuoti, kad jaunuolis išgyventų savo pasirinkimo pasekmes („darysiu taip – bus taip“). Dalyvis pats suformuluoja problemas ir ieško galimų sprendimo būdų popieriaus lape.*

***Pagrindinės nukreipiamosios dailės terapijos temos, įvedančios į vidinį pasaulį:***

Aš ir kas man dabar svarbu.

Aš, mano praeitis, dabartis ir ateitis.

***Temos keliems tęstiniamis seminarams:***

- Kas dabar vyksta mano gyvenime? Kokiame gyvenimo taške dabar esu?
- Kur link aš dabar einu? Koks bus sekantis mano žingsnis?
- Kokios kliūtys yra mano kelyje? Kaip aš pats sau trukdau?
- Kokias vidines galias aš turiu mobilizuoti, kokias vidines galimybes realizuoti, kad galėčiau žengti šį žingsnį?
- Ši mano šeima.
- Savireklama. Koliažo technika su asmeninėmis fotografijomis.
- Aš – vakarykštis (koks buvau), aš – rytoj (koks noriu būti). Kaukių piešimas ar darymas.
- Mano viltis.

## Probleminė dailės terapijos seminarų išklotinė

Kliento ypatumai ir poreikiai	Dailės terapijos programos tikslai	Seminaro uždaviniai
<ul style="list-style-type: none"> <li>nerimas, įtampa</li> <li>užsisklendimas savyje, per didelis intraver-tiškumas</li> <li>poreikis atsipalaiduoti</li> </ul>	<p>mažinti nerimą, įtampą</p>	<p><b>Relaksacija:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>padėti atsipalaiduoti, nusiraminti priešiant</li> <li>patirti emociinę iškrovą</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>uždarumas</li> <li>polinkis izoliuotis nuo išorinio pasaulio, laikyti jį grėsmingu</li> <li>poreikis išsaugoti žmogiškąjį orumą</li> </ul>	<p>skatinti teigiamą patirtį</p>	<p><b>Kompensacija:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>praturtinti kontaktus su aplinka, kitais ir savimi</li> <li>praplėsti aplinkos suvokimo ribas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>emocinis nebrandu-mas</li> <li>vidinio pasaulio skur-dumas</li> <li>poreikis patirti ne-įprastus įspūdžius, smalsumas</li> </ul>	<p>skatinti teigiamus potyrius</p>	<p><b>Stimuliacija:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>skatinti priimti ir suvokti savo vidi-nį pasaulį, reikšti emocijas</li> <li>ugdyti vidinius asmeninius išteklius</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>malonumo siekimas</li> <li>artimų emocijų ry-šių stoka</li> <li>poreikis patirti nau-jus, malonius pojū-čius</li> </ul>	<p>skatinti teigiamus potyrius ir mažinti nerimą</p>	<p><b>Palankumas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sužadinti malonius pojūčius</li> <li>padėti atrasti alternatyvius malonu-mo siekimo būdus</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>užsisklendimas savyje</li> <li>nerimastingumas</li> <li>poreikis atstatyti vidi-nę pusiausvyrą</li> </ul>	<p>mažinti įtampą ir nerimą</p>	<p><b>Skatinimas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>skatinti laisvai išreikšti aktualias emocijas, jausmus, mintis</li> <li>patirti emociinę iškrovą</li> </ul>

Temos	Priemonės ir veiksenos	Dailės terapijos technikos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Pradžia</i></li> <li>• <i>Amžinumas</i>. Kas tai?</li> <li>• <i>Atsipalaidavimas</i>. Kada jį patiriate? Kokių spalvų jis būna?</li> <li>• <i>Tyla</i>. Kas ji? Ką ji reiškia jums? Ką primena? Kokius įvykius, vietas...</li> <li>• <i>Vaivorykštė</i>. Kokias asociacijas, mintis jums kelia šis žodis?</li> <li>• <i>Pilnatvė</i></li> <li>• <i>Kelionė</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teksto skaitymas</li> <li>• muzikinis fonas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• meditacinės dailės terapijos technikos</li> <li>• laisvų asociacijų metodas</li> <li>• teminis piešinys</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Paukščių garsai</i>. Ką jie man primena?</li> <li>• <i>Aš ir mano aplinka</i> (du darbai pagal skirtingą muziką)</li> <li>• <i>Įsiklausymas į garsus</i>. Kokia tai aplinka? Kaip ji mane veikia „čia ir dabar“?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aplinkos stebėjimas</li> <li>• gamtos garsų įrašų klausymasis</li> <li>• muzikos klausymasis</li> <li>• aplinkos garsų klausymasis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• laisva improvizacija</li> <li>• teminis piešinys</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Spalvos</i>. Kaip jos mane veikia?</li> <li>• <i>Spalvos</i>. Kokius jausmus jos kelia?</li> <li>• <i>Kaip muzika veikia mano jausmus „čia ir dabar“?</i></li> <li>• <i>Kas yra jausmai?</i> Kuo jie mano gyvenimui svarbūs?</li> <li>• Kas sukelia man šiltus jausmus?</li> <li>• <i>Formos</i>. Jų įvairovė. Ką jos tau reiškia?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• klostomos draperijos</li> <li>• klausomasi muzikos</li> <li>• tapoma ant polietileno</li> <li>• dirbama ant grindų</li> <li>• dirbama dviese</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• laisva improvizacija</li> <li>• teminis piešinys</li> <li>• laisvų asociacijų metodas</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Rask savyje ką nors gera, stipraus</i>. Įvardink keliais žodžiais ir pavaizduok.</li> <li>• <i>Vynuogės</i>. Koku metu jos prinoksta? Kokia jų forma? Kokia spalva, kvapas? Skonis? Kokioje aplinkoje gali augti šios vynuogės?</li> <li>• <i>Arbūzas</i>. Ką jis man reiškia? Ką aš jaučiu jį valgydamas?</li> <li>• <i>Braškės</i>. Viskas, ką jos primena. Spalva? Forma? Skonis? Ką jos man reiškia?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• savistaba</li> <li>• kuriamas vaisių natūrmortas</li> <li>• liečiami, valgomi, uostomi, stebimi vaisiai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teminis piešinys</li> <li>• laisvų asociacijų metodas</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Kas vyksta su manimi?</i> Išreikšk būseną „čia ir dabar“.</li> <li>• <i>Ką šiuo metu jaučiu?</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• muzikos klausymasis</li> <li>• ritualai su baigtu darbu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• laisva saviraiška</li> </ul>