TVIRTINU

Direktorė
Laimutė Bagdanavičienė

2022-01-03

VILKAVIŠKIO RAJONO KYBARTŲ SOCIALINIŲ PASLAUGŲ CENTRAS

METINĖ SOCIALINĖS VEIKLOS PROGRAMA VAIKŲ GLOBOS SRITYJE 2022 M.

VEIKLOS PROGRAMOS TURINYS

1. PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI
2. PROGRAMOS PRINCIPAI
3. METODAI IR PRIEMONĖS
4. VEIKLOS PROGRAMA 2022 M.

1. PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Pagrindinis našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programos tikslas yra vaiko, netekusio tėvų globos, savarankiško gyvenimo įgūdžių formavimas ir ugdymas.

Uždaviniai:

Formuoti tėvų globos netekusių vaikų savarankiško gyvenimo įgūdžius skirtinguose vaiko vystymosi tarpsniuose;

Ugdyti asmenybę, galinčią savarankiškai prisitaikyti prie kintančių visuomenės sąlygų ir sugebančią pasirinkti veiklos tikslus, realiai projektuojant savo ateitį;

Ugdyti tėvų globos netekusių vaikų gyvenimo ir darbinius įgūdžius;

Stiprinti tėvų globos netekusių vaikų psichinį atsparumą, ugdyti problemų sprendimų ir kognityvinius (pažintinius) gebėjimus;

Formuoti tėvų globos netekusių vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius;

Skatinti vaikų, netekusių tėvų globos, profesinę motyvaciją;

Suteikti vaikams, netekusiems tėvų globos, pagrindinių teisinių žinių, supažindinti su teikiamomis socialinėmis garantijomis ir lengvatomis.

1. PROGRAMOS PRINCIPAI

DIFERENCIJAVIMAS: atsižvelgti į skirtingus vaiko poreikius ir amžiaus raidos ypatumus.
KONTEKSTUALUMAS: atsižvelgti į globos formą ir pobūdį.
KOMPLEKSIŠKUMAS: įtraukti kuo daugiau artimos vaiko aplinkos žmonių.
VISYBIŠKUMAS: siekti ne tik suteikti žinių, bet ir ugdyti įgūdžius, taip pat formuoti vertybines nuostatas.
ORIENTAVIMASIS Į VAIKĄ: rengiant vaiką savarankiškam gyvenimui, atsižvelgti į jo poreikius, norus, interesus.

2. METODAI IR PRIEMONĖS

Įgyvendinant programoje numatytus tikslus, taikyti šiuos metodus ir priemones:
praktinius įgūdžių ugdymo užsiėmimus, pvz., kulinarijos pamokas, socialinių įgūdžių ugdymo užsiėmimus;
darbinę praktinę veiklą, pvz., aplinkos tvarkymas, maisto gaminimas;
seminarus, pvz., profesinio orientavimo;
paskaitas, pvz., lytinio švietimo;
patyriminės pedagogikos metodus, pvz., patirtiniai žygiai;
individualias konsultacijas (socialinės, psichologinės, profesinio orientavimo);
prevencinius renginius, pvz., narkotinių medžiagų vartojimo;
lavinamuosius žaidimus;
vaizdo analizę, aktualių filmų peržiūrą;
diskusijas;
situacijų analizę;
pokalbius;
vaidmeninius žaidimus;
„smegenų šturmą“;
darbą su mažomis grupėmis;
stendų įrengimą, pvz., apie socialines lengvatas ir garantijas;
namų darbus;
problemų sprendimo scenarijus;
pokalbius ir konsultacijas su kviestiniais svečiais, specialistais iš kitų organizacijų;
ekskursijas, lankymąsi kitose įstaigose, pvz., Lietuvos darbo rinkos mokymo tarnyboje.

3. VEIKLOS PROGRAMA

3.1. SVEIKA GYVENSENA

Vertinant vaiko poreikius ir jo pasirengimą savarankiškam gyvenimui, atkreipti dėmesį:
- ar vaikas turi žalingų įpročių, kokia jam galėtų būti suteikta pagalba formuojant sveiką gyvenimo būdą;
- koks jo gyvenimo būdas (ar yra tam tikras režimas, kokie yra higienos įgūdžiai ir kt.);
- kokia sveikatos būklė ir poreikiai (ar serga chroniška liga ir ar moka suteikti sau pagalbą (pvz., jei serga diabetu ar astma), ar turi valgymo sutrikimų, ar reikalinga stomatologo pagalba ir kt.);
- ar vaikas įregistruotas sveikatos priežiūros įstaigoje bei žino kreipimosi tvarką;
- kokie yra rizikos faktoriai rimtiems sveikatos sutrikimams išsivystyti (pvz., rūkymas, alkoholio vartojimas, kt.).

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymo **uždaviniai**:

- padėti vaikams geriau suprasti, nuo ko priklauso sveikata ir gera savijauta;
- paaiškinti vaikams, kokie yra sveikatos rizikos veiksniai;
- suteikti vaikams žinių apie sveiką mitybą ir svorio kontroliavimą;
- padėti vaikams įgyti savęs priežiūros ir higienos įgūdžių;
- išmokyti vaikus ir jaunuolius vertinti ir rūpintis savo sveikata;
- išmokyti vaikus teikti pirmąją pagalbą, ištikus traumai ar nelaimingam atsitikimui;
- paaiškinti vaikams, kokios sveikatos priežiūros paslaugos yra prieinamos Lietuvoje.

Sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymo **temos:**

- Sveikata ir jos veiksniai.
- Sveika mityba: pagrindiniai principai.
- Žalingi įpročiai, pavojai, pasekmės ir galimybės sau padėti.
- Poilsio ir darbo režimai.
- Kodėl svarbus judėjimas ir mankšta?
- Idealus svoris, koks jis turėtų būti? Kaip išlaikyti stabilų kūno svorį?
- Valgymo sutrikimai: kas tai yra?
- Kaip padėti sau ir draugui, turinčiam valgymo sutrikimų požymių?
- Saugus gyvenimo būdas.
- Pirmoji medicininė pagalba: pagrindiniai principai.
- Kaip suteikti sau ir draugui pirmąją pagalbą?
- Kur kreiptis pagalbos susirgus?
- Lietuvos sveikatos priežiūra.
- Man skauda, į ką kreiptis pagalbos?
- Vizitas pas stomatologą.
- Vaistai ir medicininės priemonės. Ką būtina turėti namų vaistinėlėje?
- Kas yra sveikatos draudimas?
- Skiepijimas.
- Rūkymas ir jo pasekmės.
- Pasyvus rūkymas: kas tai ir kokios jo pasekmės.

3.2. ALKOHOLIS, NARKOTIKAI IR TABAKAS

Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programos **uždaviniai**:

- suteikti vaikams tikslias žinias apie alkoholį, tabaką ir narkotikus;
- išmokyti vaikus pasakyti NE, kai kalbama apie narkotikus, cigaretes ir alkoholį;
- siekti, kad dalyviai suprastų neigiamą alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo poveikį žmogaus sveikatai ir visuomenei;
- skatinti sveiko, turiningo gyvenimo nuostatų ir įgūdžių ugdymąsi;
- ugdyti gebėjimus, skatinančius atsisakyti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų, prireikus kreiptis pagalbos ir konstruktyviai spręsti problemas;
- ugdyti kritinį mąstymą, atsakomybę už savo veiksmus ir elgesį;
- suteikti informacijos apie prevencinės, medicininės, psichologinės, socialinės, teisinės pagalbos galimybes ir institucijas, skatinti ugdytinių gebėjimą kreiptis pagalbos.

Alkoholio, narkotikų ir tabako prevencinių užsiėmimų **temos:**

- Mitai ir faktai apie narkotikus.
- Sprendimų priėmimas dėl narkotikų.
- Tiesa apie tabaką.
- Tiesa apie alkoholį.
- Būdai pasakyti NE narkotikams.
- Rūkymo pasekmės fizinei ir psichikos sveikatai.
- Priklausomybė nuo tabako ir pagalbos būdai rūkančiajam.
- Kova su rūkymu pasaulyje (reklamos ir pardavimo kontrolė).
- Alkoholio vartojimo pasekmės fizinei ir psichikos sveikatai.
- Priklausomybės nuo alkoholio rizikos veiksniai.
- Įvairūs pagalbos būdai žmonėms, turintiems problemų dėl alkoholio vartojimo.
- Psichiką veikiančių medžiagų vartojimo pasekmės fizinei ir psichikos sveikatai.
- Įvairūs pagalbos būdai vartojantiems psichiką veikiančias medžiagas.
- Įstatymai, susiję su psichiką veikiančių medžiagų apyvarta.

Remiantis *Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa,* bus lavinami šie globotinių **įgūdžiai:**

- gebėjimas rūpintis savo, draugų, šeimos narių fizine ir psichine sveikata;
- kritinis mąstymas ir gebėjimas kritiškai įvertinti situacijas, skatinančias rūkyti;
- gebėjimas kreiptis konsultacijų ir pagalbos dėl emocinių ir su rūkymu susijusių problemų;
- gebėjimas kritiškai vertinti elgesį, susijusį su alkoholio vartojimu, ir jį vartoti skatinančius veiksnius (reklamą, socialinį spaudimą ir kt.);
- gebėjimas kritiškai vertinti elgesį, susijusį su psichiką veikiančių medžiagų vartojimu, skatinimu bei platinimu ir atsakomybė už savo elgesį.

Bus skatinamos šios vaikų ir jaunuolių **nuostatos:**

- rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata;
- nerūkyti;
- teigiamai žiūrėti į nerūkantį asmenį;
- būti atsakingam už savo ir draugų, šeimos narių elgesį;
- teigiamai žiūrėti į blaivų gyvenimo būdą ir alkoholio nevartojantį asmenį;
- nevartoti alkoholinių gėrimų;
- kritiškai vertinti elgesį, susijusį su alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimu bei juos vartoti skatinančius veiksnius (reklamą, socialinį ir bendraamžių spaudimą ir kt.);

- teigiamai vertinti alkoholinių gėrimų nevartojimą pasilinksminimų metu, t.y. pramogas be alkoholio;
- būti sąmoningu piliečiu;
- teigiamai žiūrėti į nevartojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį;
- teigiamai žiūrėti į prevenciją.

3.3. PSICHIKOS ATSPARUMAS

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų psichikos atsparumo ugdymo **uždaviniai**:

- padėti vaikams suprasti, kas yra jausmai ir emocijos;
- mokyti vaikus atpažinti ir įvardinti, įsisąmoninti savo ir kitų žmonių jausmus;
- padėti vaikams suprasti, kas yra stresas (įtampa) ir įgyti jo valdymo technikų;
- suteikti vaikams žinių, kokios yra streso (įtampos) formos ir kaip jos gali pasireikšti;
- paaiškinti vaikams streso (įtampos) poveikį sveikatai;
- padėti vaikams suprasti, kokios situacijos gali būti pavojingos sveikatai ir kaip išvengti šių situacijų;
- išmokyti vaikus atsispirti neigiamiems aplinkos veiksniams;
- išmokyti vaikus pasitikėti savimi, vertinti save;
- ugdyti šiuos vaikų įgūdžius:
  - jausmų išreiškimo ir atpažinimo;
  - konstruktyvius pykčio valdymo;
  - streso (įtampos) įveikimo;
  - empatinius;
  - atsispirti primetamai nuomonei ar spaudimui;
  - nerimo valdymo.

Psichikos atsparumo ugdymo užsiėmimų **temos:**

- Jausmai ir jų atpažinimas.
- Pykčio valdymas.
- Nerimas: kaip jį valdyti.
- Skatinantys ir varžantys aplinkos veiksniai.
- Kas yra stresas (įtampa), kokios yra jo formos?
- Streso (įtampos) poveikis mūsų sveikatai.
- Kokios relaksacijos technikos?
- Kaip tinkamai išreikšti kylančius neigiamus jausmus?
- Kaip valdyti ir kontroliuoti savo agresyvumą?
- Kaip įveikti frustraciją (nusivylimą)?
- Kokie gali būti neigiami aplinkos veiksniai ir kaip jiems atsispirti?
- Atsipalaidavimo būdai.
- Atsparumo stiprinimo būdai.

3.4. SAVIMONĖ

Vaikai, kurie neteko tėvų globos, mažiau pasitiki savimi, prasčiau vertina save ir savo gebėjimus. Pasitikinti savimi, realiai vertinanti savo galimybes ir savybes asmenybė turi daugiau galimybių tvirčiau įsitvirtinti gyvenime ir siekti aukštesnės gyvenimo kokybės. Teigiamos savigarbos ugdymas yra ilgalaikis procesas, kuris gali tęstis visą gyvenimą. Socialinių paslaugų centro darbuotojai ir globėjai gali paskatinti šį procesą, padrąsindami globotinį, įvertindami jo teigiamus pasiekimus, organizuodami įvairius pasitikėjimą savimi formuojančius užsiėmimus.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų teigiamos savimonės ugdymo **uždaviniai:**

- padėti vaikams įsisąmoninti savo teigiamas savybes;

- padėti vaikams suprasti savyje tuos dalykus, kuriuos galima tobulinti;
- mokyti vaikus vertinti savo pasiekimus;
- padėti vaikams suprasti savo privalumus ir trūkumus;
- mokyti vaikus vertinti savo individualumą, skirtingumą nuo kitų žmonių.

Pratybų temos:

- Kas yra savimonė?
- Koks yra mano savęs vaizdas?
- Pagrindinės savęs vaizdo sudedamosios dalys.
- Nuo ko priklauso savęs vaizdas?
- Kas yra pasitikėjimas savimi?
- Pasitikėjimo savimi stiprinimo būdai.
- Individualumas ir skirtingumas.
- Kokios yra mano silpnosios pusės? Ką galėčiau pakeisti?
- Kokie yra mano gabumai?
- Kaip išmokti vertinti save nekritiškai?

Įgūdžiai:

- mokėjimas įvardyti savo teigiamas ir neigiamas savybes;
- mokėjimas realiai ir objektyviai įvertinti savo galimybes;
- pasitikėjimas savimi.

3.5. VERTYBĖS

Mūsų vertybės yra vienas iš svarbiausių veiksnių, apsprendžiančių mūsų pasirinkimą gyvenime, todėl svarbu padėti jauniems žmonėms įsisąmoninti savo vertybes. Dažnai į socialinės globos institucijas patenka jaunuoliai, kurie turi tvirtas, ne visada visuomenėje priimtinas vertybines nuostatas, kurios ateityje gali kliudyti jaunuoliui sėkmingai įsilieti ir įsitvirtinti visuomenėje. Svarbu nesmerkti ir nežeminti paauglio arba jauno asmens dėl jo turimų įsitikinimų ar nuostatų, tačiau ilgalaikio individualaus ir grupinio darbo su juo metu skiepyti pozityviąsias vertybes, keisti jo vertybinę hierarchiją.

Pratybų apie vertybes **uždaviniai:**

- padėti vaikams suprasti vertybių reikšmę;
- padėti vaikams suprasti asmenines, savo šeimos (biologinės šeimos, globėjų šeimos arba globos institucijos bendruomenės), religines ir kultūrines vertybes;
- paaiškinti vaikams, kaip formuojasi vertybės;
- padėti vaikams suprasti jų vertybių hierarchiją;
- padėti vaikams suprasti ryšį tarp vertybių ir elgesio;
- paaiškinti vaikams, kad savo vertybes galima perduoti kitiems asmenims;
- išmokyti vaikus kritiškai vertinti, kokios vertybės yra primetamos ir kokios gali būti jų pasekmės gyvenimui (pvz., sektų primetamos vertybės).

Temos:

- Kas yra vertybės?
- Ryšys tarp vertybių ir elgesio.
- Ryšys tarp vertybių ir santykių.
- Kokios yra mano bendraamžių vertybės?
- Kokios yra mano bendruomenės vertybės?
- Kaip papasakoti kitiems apie savo vertybes?

- Kaip atsispirti kitų vertybių primetimui?
- Vertybės ir jų įtaka mano gyvenimui.
- Kokios yra visuotinai priimtinos vertybės ir kiek jos atitinka mano vertybes?
- Koks yra ryšys tarp vertybių ir gyvenimo būdo?
- Koks yra ryšys tarp vertybių ir gyvenimo kokybės?
- Lietuvos tradicijos ir vertybės bei kt.

Kaip paaiškinti vaikams ir paaugliams, kas yra vertybė?

Žodis „vertybė“ liečia labiau asmeninį vertės matą, t.y. tai, kiek svarbūs tam tikram asmeniui yra tam tikri dalykai, principai, įsitikinimai, idėjos. Skirtingiems žmonėms skirtingi dalykai turi mažesnę ar didesnę vertę. Mūsų vertybes formuoja dalykai, įsitikinimai, principai, mums svarbios idėjos. Mūsų vertybės padeda mums apibrėžti, kas mes esame, taip pat apsprendžia mūsų elgesį. Pavyzdžiai:

- Asmuo, kuris vertina šeimą, rūpinasi savo partneriu, vaikais ir namais.
- Žmogus, kuris vertina grožį, nori gyventi gamtos ir meno apsuptyje.
- Žmogus, kuris vertina sveikatą, laikysis sveikos, subalansuotos dietos, reguliariai mankštinsis ir vengs alkoholio, tabako bei kitų narkotikų.

3.6. SOCIALINIS GYVENIMAS

3.6.1. SANTYKIAI SU KITAIS

Svarbu skatinti vaikus ir paauglius, gyvenančius globos institucijoje, megzti ir kurti santykius ne tik su panašaus likimo vaikais, t.y. netekusiais tėvų globos, bet ir plėsti savo socialinį tinklą už globos namų ribų. Paprastai vaikams iš globos institucijų nelengva susirasti draugų ne iš globos institucijos dėl dažnos neigiamos aplinkos nuomonės, prastų bendravimo gebėjimų, nepasitikėjimo savimi. Šiame procese yra būtina užtikrinti psichologinės ir socialinės pagalbos prieinamumą.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų tarpasmeninių santykių įgūdžių ugdymo **tikslai:**

- padėti vaikams suprasti, koks elgesys gali paskatinti arba sukliudyti draugystei;
- padėti vaikams suprasti santykių prigimtį ir kas juos formuoja;
- apibūdinti romantiškus ir draugystės santykius, išvardinti jų panašumus ir skirtumus;
- išmokyti užmegzti ir palaikyti ilgalaikius santykius;
- mokyti vaikus vertinti draugystės ir šeimos santykius;
- mokyti vaikus konstruktyviai bendrauti ir bendradarbiauti su bendraamžiais ir suaugusiaisiais;
- mokyti vaikus rūpintis kitų žmonių psichologine ir fizine savijauta, atjausti kitus žmones.

Temos:

- Santykiai ir jų apibrėžimas.
- Santykių įvertinimas.
- Koks draugas yra geras?
- Draugystės ciklas.
- Simpatijos ir antipatijos.
- Kaip palaikyti ilgalaikius santykius?
- Kas trukdo draugystei?
- Kas stiprina draugystę?
- Koks aš esu draugas.
- Šeima. Mano patirtis, lūkesčiai ir poreikiai. Ko negaliu ir ką dar galiu pakeisti?

3.6.2. BENDRAVIMO GEBĖJIMAI

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 institucijose, bendravimo įgūdžius.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų bendravimo gebėjimų ugdymo **uždaviniai:**

- suteikti globotiniams žinių apie bendravimą ir jo sudedamąsias dalis;
- padėti vaikams suprasti, kaip bendravimas gali paveikti jausmus ir santykius su draugais, šeimos nariais, globėjais, suaugusiais, mokytojais;
- padėti globotiniams suprasti, kas padeda ir trukdo sėkmingai bendrauti;
- lavinti gerus vaikų bendravimo įgūdžius;
- lavinti vaikų tvirto bendravimo (mokėjimo atsisakyti, pasakyti NE) įgūdžius;
- mokyti vaikus bendradarbiauti su vaikais ir suaugusiais.

Temos:

- Bendravimo modelis.
- Kas padeda ir trukdo sėkmingai bendrauti?
- Kūno kalba.
- Verbalinis (žodinis) ir neverbalinis bendravimas.
- Aš galiu pasakyti NE.
- Kaip atsisakyti daryti tai, ko nenori?
- Koks klausytojas yra geras?
- Kaip aiškiai pateikti instrukcijas?
- Kaip atkakliai laikytis savo pozicijos?
- Kas yra aktyvus klausymas?
- Kas yra pozityvus bendravimas? Principai ir technika.
- Bendradarbiavimo svarba.

Įgūdžiai:

- pozityvus bendravimas;
- mokėjimas pasakyti NE;
- neverbalinės kūno kalbos atpažinimas ir interpretavimas;
- gebėjimas atsispirti kitų įtakai;
- empatiniai;
- aktyvaus klausymosi.

3.7. PLANAVIMAS

3.7.1. TIKSLAI IR JŲ SIEKIMAS

Mokėjimas planuoti, numatyti trumpalaikius bei ilgalaikius tikslus ir jų siekti yra svarbi savybė, padedanti sėkmingai pradėti suaugusiųjų savarankišką gyvenimą. Kantrybė, gera impulsų kontrolė, atkaklumas, valingumas padeda jaunuoliams užsibrėžti brandesnius tikslus, siekti geresnio išsilavinimo, veiksmingiau planuoti savo gyvenimą, kas neabejotinai sąlygoja geresnę gyvenimo kokybę. Dėl nepalankių vystymosi sąlygų vaikystėje, žemų socialinių gebėjimų be tėvų globos likę asmenys dažnai būna impulsyvūs, nekantrūs, stokoja atkaklumo, nori greitų rezultatų, nemoka atsispirti trumpalaikiams malonumams. Valia ir atkaklumas gali būti ugdomos savybės, o žinios ir įgūdžiai gali būti įgyti ir lavinami įvairių užsiėmimų metu.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų tikslų siekimo įgūdžių ugdymo **uždaviniai:**

- išaiškinti vaikams, kas yra tikslai ir kodėl tam tikrų tikslų užsibrėžimas yra svarbus planuojant gyvenimą;

- paaiškinti, kas yra trumpalaikiai ir ilgalaikiai tikslai;
- išmokyti vaikus, kaip nustatyti tikslus ir jų siekti;
- padėti jaunuoliams suprasti jų asmeninius ir profesinius tikslus;
- kartu su vaikais aptarti išsilavinimo svarbą jų asmeniniams tikslams ir planams.

Temos:

- Ilgalaikiai ir trumpalaikiai tikslai.
- Kaip išsikelti tikslus?
- Kaip išmokti numatyti artimesnius ir tolimesnius tikslus?
- Kokie tikslai yra tikroviški ir kokie ne?
- Savo gyvenimo planavimas.
- Biudžetas: pajamų ir išlaidų planavimas.
- Kaip įveikti sunkumus, susijusius su savo tikslų siekimu.
- Išsilavinimas: kokia jo vieta mano planuose.

3.7.2. SPRENDIMŲ PRIĖMIMAS

Pradėję savarankišką gyvenimą, jaunuoliai susiduria su daugybe gyvenimo sunkumų, todėl turi mokėti objektyviai ir kritiškai įvertinti situaciją ir savarankiškai priimti sprendimą. Būtina globos institucijose skatinti jaunuolių iniciatyvą ir atsakomybę, suteikti daugiau pasirinkimo laisvės, mokyti kritiškai ir kūrybiškai vertinti situaciją. Rekomenduojami įvairūs grupiniai užsiėmimai, lavinantys veiksmingų sprendimų priėmimo gebėjimus. Patartina kiek galima dažniau suteikti vaikui galimybę pasirinkti, nes tai ugdo individualumą ir savarankiškumą.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų sprendimų priėmimo įgūdžių ugdymo **tikslai:**

- suteikti vaikams žinių apie skirtingus sprendimų priėmimo būdus ir jų veiksmingumą;
- suteikti vaikams žinių, kaip veiksmingai priimti sprendimą;
- sudaryti sąlygas vaikams praktiškai išbandyti sprendimų priėmimo įgūdžius;
- išmokyti globotinius numatyti įvairių sprendimų pasekmes;
- padėti vaikams pritaikyti sprendimų priėmimo įgūdžius įvairiose situacijose;
- skiepyti vaikų atsakomybę už savo sprendimus.

Temos:

- Kas yra sprendimas?
- Kaip priimti veiksmingą sprendimą?
- Nuo ko priklauso sprendimo priėmimas?
- Kaip numatyti pasekmes?
- Kaip priimti gerą sprendimą?
- Kaip atsispirti spaudimui pakeisti priimtą sprendimą?
- Kas galėtų padėti apsispręsti?

3.8. LYTINIS GYVENIMAS

Socialinių paslaugų centro personalas užtikrins, kad globotiniai gautų patikimas žinias apie lytinį brendimą, lytiškumą, žmogaus reprodukcijos procesą. Lytinio švietimo pamokas ves šios srities specialistai arba darbuotojai, kurie dalyvavo specialiuose mokymuose.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų lytinio švietimo **uždaviniai:**

- paaiškinti vaikams „lytiškumo“ sąvoką;
- suteikti vaikams žinių, kas yra žmogaus lytiškumas ir kaip jis veikia žmogaus elgesį;
- padėti vaikams įgyti daugiau pasitikėjimo kalbant ir užduodant klausimus apie lytiškumą;

- kartu su vaikais apžvelgti, kaip berniukų ir mergaičių kūnai keičiasi ir vystosi paauglystės metu;
- kartu su vaikais apžvelgti, kaip paauglystės metu keičiasi jausmai ir santykiai;
- suteikti globotiniams žinių apie žmonių reprodukciją;
- paneigti mitus apie žmogaus lytinį aktyvumą ir reprodukciją;
- lavinti globotinių higienos įgūdžius;
- paaiškinti, koks lytinis elgesys sukelia riziką neplanuotam nėštumui bei lytiškai plintančioms ligoms;
- padėti koreguoti neteisingą informaciją apie lytinius santykius be apsaugos ir jo pasekmes;
- suteikti vaikams pagrindinių žinių apie AIDS, ŽIV ir kitas lytiškai plintančias ligas;
- suteikti žinių apie kontraceptines priemones;
- padėti vaikams geriau suprasti žmones, sergančius AIDS.

Užsiėmimų **temos:**

- Lytiškumas.
- Lytinis subrendimas.
- Jaunuolio lytinio brendimo ciklai.
- Moters kūnas ir vaisingumas.
- Žmogaus reprodukcija.
- Jausmai, baimė ir frustracija, susijusios su lytiškumu.
- Intymios kūno dalys ir jų pavadinimai.
- Sveikata ir higiena.
- Paauglystė: pokyčiai.
- Kas gali padėti įveikti paauglystės krizę?
- Mitai ir faktai apie seksualinę riziką.
- Nėštumas ir jo požymiai.
- ŽIV/ AIDS susirgimai.
- ŽIV/ AIDS: klausimai ir atsakymai.
- Kitos lytiškai plintančios ligos.
- Kontracepcijos metodai.
- Saugaus lytinio gyvenimo fiziologiniai ir psichologiniai aspektai.
- Abortas ir jo pasekmės.

Vertybinės nuostatos:

- Pagarba savo ir kitų lytiškumui.
- Atsakomybė už savo lytinį elgesį.
- Pagarba žmogaus gyvybei.
- Atsparumas seksualinei prievartai, „vartotojiškai“ sekso kultūros propagandai.

3.9. STEREOTIPAI

Daug žmonių mano, jog visi be tėvų globos likę vaikai ir paaugliai yra jauni ar būsimi nusikaltėliai, narkomanai ir kitu asocialiu elgesiu pasižymintys asmenys. Svarbu, kad patys globotiniai būtų atsparūs įvairiems neigiamiems stereotipams, pasitikėtų savimi ir jaustų atsakomybę už savo gyvenimą.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų tolerancijos ugdymo **uždaviniai:**

- padėti vaikams suprasti, ką reiškia išankstiniai nusistatymai, stereotipai ir diskriminacija;
- paaiškinti, kokie yra lyčių stereotipai ir kaip stereotipai veikia santykius;
- išmokyti globotinius kritiškai vertinti žiniasklaidos pranešimus;
- mokyti vaikus tolerancijos;
- ugdyti pagarbą kitiems, neabejingumą tam, kas vyksta, rūpinimąsi kitais;

- išmokyti vaikus padėti sau ir savo draugui priekabiavimo ir emocinės prievartos atveju.

Užsiėmimų temos:

- Kas yra stereotipai?
- Lyčių vaidmenys ir santykiai.
- Kodėl yra „klijuojamos etiketės“?
- Tolerancijos sąvoka.
- Diskriminacija.
- Žiniasklaida ir stereotipai.
- Priekabiavimo sąvoka.
- Priekabiavimo reiškinys: kokie yra mechanizmai ir kaip atsispirti priekabiautojui.
- Socialinės atskirties fenomenas.

Įgūdžiai:

- Empatiniai.
- Tolerancijos.
- Kritinio mąstymo.
- Psichologinės savigynos, atsisakyti ir atsispirti spaudimui.
- Atsparumo stereotipams, „etiketėms“ ir diskriminacijai.

Vertybinės nuostatos:

- Tolerancija kitaip mąstantiems, turintiems kitą gyvenimo būdą, religiją ar seksualinę orientaciją.
- Savo įsitikinimų ir vertybių vertinimas.
- Pozityvus savęs (savo galimybių ir gebėjimų) vertinimas ir elgesys.

3.10. PASIRENGIMAS ŠEIMAI

Pastebėta, jog daug vaikų, augančių globos institucijoje, nepaisant įgytos neigiamos socialinės patirties, teigiamai vertina šeimyninį gyvenimą. Daug jaunuolių, kuriems trūko šeimos šilumos ir artumo vaikystėje, labai anksti susikuria savo šeimas. Svarbu, kad jauni žmonės turėtų pozityvius šeimos modelius, formuotų ir kurtų šeimą pagal visuomenėje priimtas vertybes, gebėtų prisiimti atsakomybę už savo veiksmus, mokėtų rūpintis artimu žmogumi. Labai reikalingos žinios apie tėvystę, kūdikių ir vaikų priežiūrą, auklėjimą.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų rengimo šeimai užsiėmimų **uždaviniai:**

- padėti vaikams suprasti savo asmenines vertybes ir požiūrį į tėvystę (motinystę);
- padėti vaikams sužinoti, su kokiais sunkumais susiduria tėvai, ypač jaunieji (taip pat nepilnamečiai) tėvai;
- suteikti žinių apie gerą tėvystę;
- suteikti žinių apie pagrindinius vaiko priežiūros principus ir vaiko skirtinguose amžiaus tarpsniuose poreikius.

Užsiėmimų temos:

- Šeimos sąvoka.
- Šeima kaip emocinė sistema.
- Kas yra tėvystė (motinystė)?
- Kūdikio priežiūros taisyklės.
- Kiek esu pasirengęs (-usi) tėvystei (motinystei)?
- Kas yra santuoka: sutuoktinių teisės ir pareigos.
- Visuomenės požiūris į šeimą ir tėvystę (motinystę).
- Lyčių atsakomybė santuokoje.
- Nėštumo laikotarpio svarba kūdikio emocinei ir fizinei raidai.

- Gimdymo paslaptis.
- Sutuoktinių santykiai.
- Skyrybos šeimoje. Jų poveikis vaiko psichikos sveikatai.
- Motinos ir vaiko prieraišumas.
- Kūdikio priežiūra įvairiais raidos tarpsniais.
- Tėvų ir vaikų santykiai.

3.11. PASIRENGIMAS DARBUI

Globojamų vaikų rengimas darbui yra kompleksinis procesas ir apima tokius komponentus kaip atitinkamos motyvacijos ugdymą, darbinių įgūdžių ugdymą, profesinį orientavimą, atsparumo ir ištvermės lavinimą. Jaunuolius informuosime apie darbo paieškos galimybes Lietuvoje ir užsienyje, išmokysime pasirengti pokalbiui su darbdaviu, parašyti gyvenimo aprašymą, kaip pritapti naujoje darbo vietoje ir pan.

Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų darbo įgūdžių ugdymo **uždaviniai:**

- padėti vaikams suprasti ryšį tarp asmeninių vertybių ir profesinio pasirinkimo;
- kartu su vaikais aptarti skirtingų profesijų ypatumus;
- lavinti darbo paieškos įgūdžius;
- išmokyti rašyti gyvenimo aprašymą ir motyvacinį laišką;
- padėti globotiniams suprasti, kokios yra darbuotojo teisės ir atsakomybės, ką reiškia sąvoka „geras darbuotojas“.

Užsiėmimų temos:

- Vertybės ir profesijos.
- Profesinis pasirinkimas.
- „Darbas žmogų puošia“.
- Darbo paieška: nuo ko pradėti?
- Darbo skelbimai.
- Gyvenimo aprašymas.
- Pokalbis dėl darbo: kaip jam pasirengti?
- Kokios yra darbuotojo teisės ir atsakomybė?
- Mano svajonės profesija.

3.12. BUITIS

Jaunuoliai, kurie rengiasi pradėti savarankišką gyvenimą, bus mokomi:

- pagaminti bent paprastą patiekalą;
- apsipirkti parduotuvėje ir įgyti reikalingų maisto produktų ir buities apyvokos prekių;
- išsiskalbti ir išsilyginti savo drabužius;
- tinkamai laikyti maisto produktus;
- palaikyti švarą gyvenamojoje aplinkoje;
- žinoti bent pagrindinius saugos principus buityje;
- apmokėti sąskaitas už jiems suteiktas paslaugas (komunalines, ryšių ir kt.);
- išmintingai leisti pinigus;
- apgalvotai planuoti savo išlaidas ir pajamas.

3.13. GYVENIMAS BE SMURTO

Didelė problema yra jauni smurtautojai, kurie patys patyrę prievartą šeimoje. Įgiję neigiamą patirtį, šie vaikai nemoka konstruktyviai spręsti jiems susidariusių sunkumų, turi įvairių psichologinių problemų, kurias bando spręsti smurtu.

Smurto prevencijos užsiėmimų **tikslai:**

- suteikti vaikams reikiamų žinių apie emocinį, fizinį ir seksualinį smurtą;
- formuoti saugios elgsenos įgūdžius, reikalingus teisingiems sprendimams priimti, atsižvelgiant į įvairias socialines situacijas ir aplinką;
- ugdyti vaikų savitvardą;
- ugdyti pagarbą kitiems, neabejingumą tam, kas vyksta šalia, rūpintis kitais;
- padėti vaikams tiksliau suvokti asmeninę atsakomybę ir jos ribas;
- padėti vaikams įgyti žinių, kur , kada ir kodėl kyla smurtinės situacijos;
- padėti suprasti ryšį tarp pykčio ir smurto;
- mokyti globotinius suvaldyti pyktį;
- išmokyti vaikus ieškoti kompromisų, kilus konfliktui;
- išmokyti vaikus nagrinėti įvairias alternatyvas, kaip išvengti smurto ar prievartos;
- išaiškinti, kas yra pasimatymų prievarta, kada ji atsiranda ir kaip to išvengti.

Užsiėmimų **temos:**

- Kas yra prievarta.
- Emocinis, fizinis ir seksualinis smurtas. Jo priežastys, pasekmės ir požymiai.
- Konstruktyvi kritika ir nepritarimas kito nuomonei.
- Kaltė: tikra ar primetama.
- Asmeninė atsakomybė ir jos ribos.
- Psichologinė savigyna ir atsisakymo įgūdžiai.
- Vaikų teisės.
- Rūpinimasis savo ir kitų psichologine ir fizine gerove, jautrumas, atjauta.
- Pykčio suvaldymo būdai.
- Kaip kyla prievarta?
- Konfliktų sprendimas derybų būdu.
- Seksualinis smurtas.
- Prekyba žmonėmis.
- Priekabiavimo reiškinys: kaip apsisaugoti ir padėti kitiems.
- Pagalba, susidūrus su smurtu.
- Kas yra uždaras smurto ratas, kaip jį nutraukti.

Įgūdžiai:

- Konstruktyviai kontroliuoti pyktį ir agresiją.
- Mokėti apsisaugoti nuo smurto.
- Savisaugos.
- Mokėti padėti sau ir draugui prievartos atveju.
- Mokėti analizuoti savo ir kitų elgesį.
- Nustatyti priežasties ir pasekmės ryšius.
- Ieškoti ir teikti pagalbą ir paramą.
- Psichologinės savigynos, gebėti atsispirti spaudimui ir atsisakyti.
- Atsakyti už savo veiksmus.

3.14. SAVARANKIŠKO GYVENIMO PLANAVIMAS

Kruopščiai įvertinti visų globos institucijų paliekančių globotinių poreikius ir , remiantis šiais duomenimis, sudaryti jaunuolių savarankiško gyvenimo planus. Planuose įtraukti informaciją apie:

- jaunuoliui reikalingą emocinę paramą;
- jaunuolio būsto poreikius;
- jaunuolio išsilavinimą, profesijos įgijimą, įsidarbinimą;
- jaunuolio šeimos ir socialinius santykius;
- jaunuolio buities ir kitus įgūdžius;

- jaunuolio sveikatos poreikius (somatinės ir psichikos sveikatos);
- jaunuoliui reikalingą finansinę paramą.

Planuojant savarankišką gyvenimą, kuo daugiau suteikti pasirinkimo laisvės pačiam jaunam žmogui.

Direktorė Laimutė Bagdanavičienė

Planą sudarė
direktoriaus pavaduotoja
socialiniams reikalams Nijolė Paleckienė
tel. 8 342 58937

LITERATŪRA

1. VŠĮ Vaikų laikinosios globos namai „Atsigręžk į vaikus“. Našlaičių ir tėvų globos netekusių vaikų savarankiško gyvenimo įgūdžių ugdymo programa. Vilnius, 2007.