PAGALBA VAIKAMS, KURIŲ ŠEIMOS NARIAI ALKOHOLĮ VARTOJA ŽALINGAI
INFORMACINIS LEIDINYS

PAGALBA VAIKAMS, KURIŲ ŠEIMOS NARIAI ALKOHOLĮ VARTOJA ŽALINGAI

Nijolė Goštautaitė Midttun
Recenzavo dr. Inga Bankauskienė
TURINYS

SVARBIAUSIOS ŽINUTĖS ................................................................................................................. 5
PRATARMĖ ........................................................................................................................................ 6
ĮVADAS ............................................................................................................................................. 8
SĄVOKOS IR FAKTAI APIE ŽALINGĄ ALKOHOLIO VARTOJIMĄ IR PRIKLAUSOMYBĘ ................................................................. 11
Sąvokos ........................................................................................................................................... 11
Problemos mastas ......................................................................................................................... 12
Svarbūs faktai apie priklausomybę nuo alkoholio (ligos prigimtis, stigma, gydymo galimybės) ......................................................................................................................... 14
Veiksmingų alkoholio kontrolės priemonių samprata ................................................................ 17
ŽALA, KURIĄ GERIANYSIS SUKELIA ŠEIMOS NARIAMS ................................................................. 20
PAGALBOS REIKALINGI VAIKAI – KAIP JUOS PASTEBĖTI ........................................................................................................... 23
Kai kurie požymiai, kad vaikas gali būti kopriklausomas ................................................................ 25
Įspėjantys ženklai ........................................................................................................................ 26
TEISINĖ APLINKA IR PROGRAMOS .................................................................................................. 27
PAGALBOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI .................................................................................................. 35
PAGALBOS PRIEMONĖS ................................................................................................................... 36
Universaliųjų programų tobulinimas ir plėtra ............................................................................................................... 39
Alkoholio vartojimo temų įtraukimas į sutartis, taisykles, algoritmus ............................................................................. 40
Mokytojų ir mokykloje dirbančių specialistų kompetencijų tobulinimas ................................................................. 42
Papildomi rašytiniai susitarimai su tėvais ................................................................................. 42
Sistemingas ankstyvo vaiko teisių apsaugos tarnybų įsitraukimo skatinimas .............................................................................................................................. 45
Tikslinė pagalba vaikams iš šeimų, kuriose alkoholis vartojamas žalingai ................................................................................................................................. 46
Nukreipimas į ankstvyosios intervencijos paslaugą ............................................. 49
Vykdymi teminius projektus, skatinti savanorišką moksleivių veiklą ................................................................................................................................. 50
PAGALBOS MOKYKLOJE ORGANIZAVIMAS ................................................................. 51
Pokalbiai su tėvais ..................................................................................................... 52
Pagalbos prašymo įgūdžiai ir kultūra ugdymo įstaigoje ........................................... 55
ŠALTINIAI ................................................................................................................................. 57
VALSTYBĖS ĮSTAIGOS ........................................................................................................... 61
NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS ........................................................................ 68
VAIKŲ DIENOS CENTRAI ................................................................................................... 78
KNYGOS LIETUVIŲ KALBA ............................................................................................... 84
FILMAI, INTERVIU, PASKAITŲ VAIZDO MEDŽIAGA .................................................... 86
LANKSTINUKAI .................................................................................................................... 87
ATMINTINĖS ............................................................................................................................ 88
PLAKATAI ..................................................................................................................................... 88
KARTU SU PARTNERIAIS MINĖTINOS DATOS ................................................................ 89
Žalingas alkoholio vartojimas tarp Lietuvos gyventojų yra labai paplitęs ir nulemia aukštus smurto prieš vaikus artimoje aplinkoje rodiklius.

Pastebėję bet kokį netinkamą vaiko elgesį, sutrikusį prisitaikymą mokykloje, prastėjančius mokymosi rezultatus, pagalvokite, kad taip gali būti ir dėl to, kad namuose girtaujama.

Žalingas alkoholio vartojimas vaiko aplinkoje kenkia jo raidai, mokymuisi, sveikatai, menkina pasiekimų ir sėkmės gyvenime galimybes.

Mokykla negali „išspręsti“ tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu problemas, tačiau tai nereiškia, kad nieko negalima pakeisti ar galima nieko nedaryti.

Mokyklose dirba pedagogikos, psichologijos, visuomenės sveikatos specialistai, pajėgūs padėti vaikams, kurių šeimoje yra piktnaudžiavimo alkoholiu problemų.

Sprendžiant su tėvų alkoholio vartojimu susijusias problemas, pirmenybė visada teikiama vaiko gerovei ir saugumui.

Svarbu padėti vaikams suprasti, kad asmuo ir jo elgesys nėra tas pats, paaiškinti, kad elgesį galima pakeisti.

Svarbu padėti vaikams suprasti, kad ne jų pareiga keisti tėvų elgesį, kad ne jie atsako už savo tėvus.

Visus mokyklos bendruomenės narius reikia mokyti prašyti pagalbos ir ją priimti, pabrėžiant, kad prašyti pagalbos ne gėda.

Ankstyvas Vaiko teisių apsaugos tarnybos įsikišimas – tai reali galimybė tėvams pakeisti žalingą alkoholio ir kitų psychoaktyviųjų medžiagų vartojimą, sulaukti pagalbos.

Anksti suteikta pagalba ir paskirtas gydymas gali padėti sumažinti alkoholio vartojimą ir jo sukeliama žalą, išvengti priklausomybės arba išmokti ją valdyti.

Išankstiniai susitarimai su tėvais klasės lygmeniu gali padėti formuoti tinkamo elgesio ir psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo lūkesčius.
Šis leidinys skirtas švietimo ir ugdymo įstaigų (mokyklų, darželių, dienos centrų, bürelų, bendruomenių) darbuotojams bei administracijai, medicinos ir visuomenės sveikatos specialistams, savivaldybių socialiniams darbuotojams, kitiems specialistams, tiesiogiai ar netiesiogiai dirbantiems su šeimomis, kuriose yra žalingai alkoholį vartojančių asmenų. Mokykla – tai pagrindinė aplinka, kurioje siūloma taikyti šiame leidinyje pateikiamas rekomendacijas.

Kartais mokytojai, auklėtojai ir medikai su alkoholį žalingai vartojančiais tėvais susiduria tiesiogiai: vaikus iš darželio pasiimti arba aplankyti ligoninėje atvyksta akivaizdžiai nuo alkoholio apsvaigę tėvai arba globėjai, vaikai pasiskundžia, kad šeimoje girtaujama. Kaip elgtis tokiu atveju, apibrėžiama įstatymuose, rekomendacijų, kokių priemonių imtis tokiose situacijose, turėtų būti ir ugdymo įstaigų vidaus taisyklėse bei pareigybinių instrukcijose.

Kai problema ne tokia akivaizdi arba neturima informacijos apie tėvų alkoholio vartojimo įpročius, svarbu tiesiog nepamiršti, kad keisto elgesio, nepaklusumo, pablogėjusio mokymosi, bendravimo sunkumų ir kitų problemų, kylančių vaikui, priežastis gali būti jo aplinkoje žalingai vartojamas alkoholis. Vaikai dažnai stengiasi apsaugoti savo tėvus ir kiek įmanoma ilgiau slepia savo ir šeimos problemas. Kartais tik ugdymo sistemos specialistų kantrybė ir profesionalumas padeda šiems vaikams išsipasakoti ir gauti reikiamą pagalbą.

Šiame leidinyje aptariajamos įstaigų ir darbuotojų atsakomybės ribos, supažindinama su teisine aplinka teikiant pagalbą vaikams, augantiems šeimos, kuriose piktnaudžiaujama alkoholiu. Viena vertus, yra priimta pakankamai teisės aktų, pareigybių aprašymų, vidaus tvarkos taisyklių, sutarčių nuostatų, kurie turėtų veiksmingai užtikrinti vaikų saugumą ir
apibrėžia darbuotojų veiksmus susidūrus su girtavimu šeimoje. Tačiau pernelyg retai darbuotojai veikia idealiomis sąlygomis, turėdami administracijos palaikymą, aškias instrukcijas, pakankamai laiko ir kompetencijos, kad būtų užtikrintas nuoseklus teisės aktų laikymasis.

Piktnaudžiavimo alkoholiu sąlygotus sutrikimus lydi stipri stigma, kuri ir trukdo gauti veiksmingą pagalbą, skatina šeimas slėpti problemas. Vis dar gajus mitas, kad žalingai alkoholį vartojantis asmuo pagalbą gali priimti tik visiškai „pasiekęs dugną“. Tikslingi švietimo sistemas, medicinos darbuotojų veiksmai gali padėti suprasti alkoholiu piktnaudžiaujančiam asmeniui, kad jo elgesys žaloja ne tik jį patį, kad tai nėra vien jo paties asmeninis reikalas, bet kad jis sukelia ilgalaikių padarinių kartu gyvenančių vaikų sveikatai, mokymuisi ir ateičiai.

Leidinyje pateikiama informacija ir praktinių patarimų apie pagalbos tikslus bei principus, kaip apie alkoholį kalbėtis su šeimų nariais, kaip mažinti šias problemas lydinčią stigmą, aptartą kiti pagalbos būdai. Darbas su šiomis šeimomis reikalauja specialių gebėjimų bei įgūdžių, siekiant užtikrinti konfidencialumą, vaikų ir kitų šeimos narių teises, kartu užtikrinant vaiko teisę į mokslą, sveikatą ir saugumą. Teikiant kompleksinę pagalbą vaikui ir šeimai itin svarbus bendradarbiavimas su socialiniais partneriais iš kitų sričių. Leidinyje daug informacijos apie papildomus ištėklius, organizacijas, jų siūlomas programas. Tikimasi, kad leidinyje pateikta informacija padės daugiau vaikų išvengti ilgalaikės žalos, susijusios su artimoje aplinkoje vartojomis psichoaktyviosiomis medžiagomis. Tėvai ir artimieji atlieka lemiamą vaidmenį kurdami sveiką ir blaivią aplinką, nustatydami taisykles ir rodydami gerą pavyzdį vaikams. Kai vaiko artimiausioje aplinkoje nėra jo gerovei būtinų paramos sistemų, tokii kaip šeima, gimines, kaimynai ir bendruomenė, arba jos nesuteikia reikiamo palaikymo, padėti galėtų mokyklos specialistų struktūruotai ir tikslingai teikia pagalba, koordinuojamos socialinės paslaugos.
ĮVADAS

Švietimo sistemai numatyta ambicinga misija – „suteikti kiekvienam su Lietuva save susijusiam asmeniui savarankiško ir aktyvaus gyvenimo pagrindus, padėti nuolat tobulinti savo gebėjimus tapti visaverčiu demokratinės visuomenės nariu, aktyviai dalyvaujančiu socialiniame, ekonominiame ir kultūriniame šalies gyvenime“. Tikimasi, kad ir pagrindinį išsilavinimą suteikiančios mokyklos reikšmingai prisidės kurią tvarią, pasiturinčią, solidariją, veiklą, besimokančią ir kūrybingą visuomenę [1]. Tikimasi, kad ir pagrindinį išsilavinimą suteikiančios mokyklos reikšmingai prisidės kurią tvarią, pasiturinčią, solidariją, veiklą, besimokančią ir kūrybingą visuomenę [1].

Reikia pripažinti, kad konkretios mokyklos, darželiai, socialinės ir gydymo įstaigos veikia toli gražu ne idealioje švietimo strategijos erdvėje, bet realiose, daugybė socialinių, sveikatos ir ekonominių iššūkių patiriančiose Lietuvos bendruomenėse. Vienas tokių iššūkių – Lietuvoje itin paplitęs žalingas alkoholio vartojimas, dėl kurio kenčia jį vartojantys asmenys, jų artimieji, aplinka ir visa visuomenė.

Taigi Lietuvos švietimo ir paslaugas vaikams teikiančioms įstaigoms tenka susidurti su tuo, kad nemaža dalis mokinių į mokyklas ateina iš šeimų, kuriose vienas iš tėvų, abu tėvai, kiti artimieji žalingai vartoja alkoholį arba yra nuo jo priklausomi. Šie vaikai patiria gerokai daugiau įvairių socialinių, sveikatos ir mokymosi sunkumų nei jų bendraamžiai, ši problema lemia vaikų, gyvenančių tokiomis sąlygomis, atskirtį – ekonominę, socialinę, elgesio.

Priklausomybės ir žalingą psychoaktyviųjų medžiagų vartojimą lydinti stigma dažnai nulemia ir nepatogią šių vaikų išgyvenimus lydinčią tylą. Tik gerokai vėliau, ir toli gražu ne visi, jau suaugę alkoholikų vaikai išsipasakoja apie patirtus sunkius ir itin skausmingus išgyvenimus, nuo kurių jie bėgant laikui po truputį išsivaduoja ir sveiksta. Nepaisant skausmingos patirties, daugelis ilgainiui sugeba prisitaikyti gyvenime, mokytis, dirbti, siekti savo tikslų. Tai patvirtina gausūs nemažai pasiekusių žmonių liudijimai (žr. leidinio dalį „papildomi ištekliai“). Tačiau visi vaikai turi teisę į saugią, jų vystymuisi palankią aplinką, todėl visuomenė ir mokykla turėtų dėti visas pastangas, kad jie neliktų vieni su problemomis, kylančiomis dėl žalingo alkoholio vartojimo šeimoje. Mokykla gali ir turi padėti šioms vaikams nusiminti kančias, veiksmingai prisidėti teikiant būtiną pagalbą vaikui ir šeimai.

Mokykloje vykdomos bendrosios psichikos sveikatos stiprinimo ir psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos programos turėtų apimti ir kiek įmanoma nuoseklesnę pagalbą vaikams, kurių tėvai arba kiti artimieji alkoholį vartoja žalingai.

Nuoseklią pagalbą sudaro įvairios paslaugos, kurios padeda tinkamai patenkinoti įvairius mokymosi pasiekimams įtakos turinčius individualaus vaiko poreikius (Johnson-Staub Ch., 2012): profilaktinės ir sveikatos priežiūros, švietimo pagalbos, popamokinio ugdymo, socializacijos paslaugos, socialinės paslaugos vaikui ir šeimai, įskaitant tėvystės įgūdžių mokymą, paramą sėkmingai tėvystei [3].

Mokykloje padėti šiems vaikams galima tiksliai ir nuosekliai vykdant bendrąjį alkoholio ir kitų psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo kontrolę bei prevenciją, kuriant saugią, vaikų mokymosi ir socializacijos poreikius tinkamai atliepiančią aplinką, anksti išaiškinant su šiomis problemomis susiduriančius vaikus ir išdėstant laiku informuoti valstybės tarnybas, teikiančias specializuotą pagalbą šioms šeimoms, taip pat mažinant pagalbos stigmą ir kuriant asmeninius sveikatą palankius įgūdžius. Mokyklose dirbantys specialistai gali padėti vaikams paaiškindami, kas vyksta su jų tėvais, padėdami geriau suprasti savo jausmus ir įveikti problemas, aktyviai įgyvendindami vaikų teisę mokytis, būti apsaugotiems nuo alkoholio ir kitų psychoaktyviųjų medžiagų.

Mokykla yra nepajėgi ir neturėtų šios sudėtingos problemas spręsti viena. Tam yra sukurtas platus valstybės tarnybų ir nevyriausybinių organizacijų tinklas, į kurias galima kreiptis, su kuriomis galima konsultuotis ir įtraukti jas į kompleksinę pagalbą vaikams, kurių artimieji alkoholį vartoja žalingai.
SAVOKOS IR FAKTAI APIE ŽALINGĄ ALKOHOLIO VARTOJIMĄ IR PRIKLAUSOMYBĘ

SAVOKOS

Socialinės rizikos šeima – šeima, kurioje auga vaikų iki 18 metų amžiaus ir kurioje bent vienas iš tėvų piktnaudžiauja alkoholiu, narkotinėmis, psichotropinėmis ar toksinėmis medžiagomis, yra priklausomas nuo azartinių lošimų, dėl socialinių įgūdžių stokos nemoka ar negali tinkamai prižiūrėti vaikų, naudoja prieš juos psichologinę, fizinę ar seksualinę prievartą, gaunamą valstybės paramą naudoja ne šeimos interesams (LR Socialinių paslaugų įstatymas, 2006).

Žalingas alkoholio vartojimas – psichikos sutrikimams priskiriamas sveikatai kenkiantis alkoholio vartojimo būdas, sukeliantis trumpalaikius ir ilgalaikius negalavimus, somatines ligas arba psichikos sutrikimus (TLK-10).

Priklausomybė nuo alkoholio – gydytojo psichiatro diagnozuojamas psichikos sutrikimams, kurį sukelia alkoholio vartojimo nulemti pokyčiai smegenyse, pakeičiantys žmogaus elgesį, mąstymą, jausmus ir asmenybę. Dažniausiai požymiai: stiprus troškimas vartoti alkoholį, sutrikėję gebėjimas kontroliuoti, kiek ir kada vartoti, palaipsniškai didėjanti tolerancija alkoholiui, vartojimas nepaisant žalingų pasekmių, kai alkoholio vartojimas žmogui tampa svarbesnis nei kitai veiksmai ar jsipareigojimai, kartais pasireiškianti abstinencijos būklę (TLK-10) [5].

Kopriklausomybė (netiesioginė priklausomybė) – ilgainiui atsirandančius liguistinius santykius tarp priklausomybės turinčio asmens ir jo artimųjų, kai kartu gyvenantys asmenys prisima atsakomybę už sergančiojo veiksmus, mėgina kontroliuoti sergantįjį, spręsti jo problemas ir taip pašaiko žalingą priklausomo asmens alkoholio vartojimą [6].
PROBLEMAS


Valstybinės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos duomenimis, 2012 m. socialinės rizikos šeimų Lietuvoje buvo 10 389, jose augo 21 303 vaikai (Veiklos ataskaita, 2012). Per paskutinius dvyliką metų Lietuvoje socialinės rizikos šeimų skaičius sumažėjo 52,8 %, o vaikų Jose – 57,3 %. Pastaraisiais metais vaikų, kuriems nustatyta globa dėl tėvų girtavimo, mažėja, tačiau ši problema vis dar reikalauja išskirtinio dėmesio. 2012 m. globa visoje Lietuvoje skirta 1180 vaikų, 1162 iš jų – laikinai globa, didžioji dalis vaikų buvo apgyvendinti institucijose [12]. Nustačius laikinają globą, tėvams teikiamos socialinės paslaugos tikintis, kad
biologinėje šeimoje situacija pagerės ir vaikus bus galima grąžinti į šeimą. Girtavimas ir tėvystės įgūdžių stoka yra pagrindinės šeimų problemos. Tokiose šeimose neužtikrinama tinkama vaiko priežiūra, kyla pavojus vaiko saugumui, patiriamas fizinis ar emocinis smurtas.


Šio tyrimo duomenys neatitinka ir viešos informacijos apie girtaujančius paauglius, mokytojų ir specialistų neformalai išsakomos susirūpinimo šiomis problemomis gausos. Tokie žemi informuotumo skaičiai gali reikšti, kad mokyklių specialistai ir administracija, stokodami išteklių ir kompetencijos spręsti šias problemas, linkę jas ignoruoti. Įsivystę (Izokaitis M., Stonienė L., 2016) teigiama, kad buvo nustatytas žemas psychoaktyvišias medžiagas vartojančių mokinių pasitikėjimas pagalbos mokiniui specialistais bei skeptiškas mokykloje teikiamos pagalbos veiksmingumo vertinimas [14].
Taigi mokyklos palyginti mažai žino apie individualių moksleivių alkoholio vartojimo elgesį, dar mažiau – apie tėvų ir kitų šeimos narių įpročius bei vaikų gyvenimo sąlygas. Nedideliuose miesteliuose, kur mokytojai dažnai pažįsta mokinių tėvus, vaikai mokosi palyginti netoli nuo namų, lengviau sužinoti realias vaiko gyvenimo aplinkybes ir netgi tėvų įpročius. Tuo tarpu didžiuosiuose miestuose, kur gyvena ir mokosi dauguma Lietuvos moksleivių, tokią informaciją gauti sunkiau, norint ją surinkti reikia ne tik įdėti pastangų, bet ir turėti motyvaciją bei teisėtą priežastį.

Ne visada aišku, koks alkoholio vartojimo lygmuo gali būti pavojingas ir žalingas aplinkiniams, ypač nepilnamečiams kartu gyvenantiems vaikams. Pasaulio sveikatos organizacija ir naujausios (2016 m.) Didžiosios Britanijos rekomendacijos, kaip sumažinti alkoholio vartojimo sukeliamą žalą sveikatai, pabrėžia, kad nėra jokio rekomenduojamo saugaus vartoti alkoholio kiekio. 2017 m. pabaigoje didžiausia onkologijos specialistų vienijanti organizacija Amerikos klinikinės onkologijos draugija (ASCO) oficialiai paskelbė, kad norėdami sumažinti vėžio riziką žmonės turėtų mažiau vartoti alkoholio, o jeigu negeria – turėtų nepradėti [16]. Pačiam vartotojui, artimiesiems ir visuomenei alkoholio daroma žala yra tiesiogiai proporcinga suvartojamo alkoholio kiekiui [17].

SVARBŪS FAKTAI APIE PRIKLAUSOMYBĘ NUO ALKOHOLIO (LIGOS PRIGIMTIS, STIGMA, GYDYMO GALIMYBĖS)

Priklausomybė – tai ilgalaikė lėtinė liga, kuriai būdingi atkryčiai. Reguliariai vartojant alkoholį, žmogaus smegenyse įvyksta pokyčių, dėl kurių priklausomybę turinčiam asmeniui tampa sunku atsipirti potraukiui vartoti alkoholį. Asmens galimybės valdyti šį potraukį labai ribotos. Buitinis alkoholio vartojimas nepastebimai nei pačiam žmogui, nei aplinkiniams tampa įpročiu, o vėliau liga. Tai ypač sunku pastebėti aplinkoje, kurioje įprasta alkoholį vartoti dažnai ir gausiai, kurioje
dauguma žmonių vartoja. Ar žmogus taps priklausomas, susiję su
daugeliu veiksnių – tai ir genetinis pažeidžiamumas (paveldėta rizika
susirgėti priklausomybe), nepalankios gyvenimo sąlygos, skurdas ir didelis
alkoholio prieinamumas. Atkrytis ir vartojimas priklauso nuo įvairių,
dažnai itin individualių veiksnių.

Priklausomybė nuo alkoholio dažniausiai vystosi daugelį metų, neretai
dešimtmečių. Sveikimo procesas irgi trunka ilgai. Svarbu, kad tą suprastų
sergantįs, jo artimieji ir aplinkiniai ir nepuoselėtų nepagrįstų lūkesčių
apie greitą stebuklingą išgijimą, nenusivylėtų nesėkmėmis ir neprarastų
vilties. Daugumai visgi pavyksta pasiekti ilgalaikį pagerėjimą (remisiją),
tačiau šiai ligai būdingi ligos paūmėjimai. Realistinis požiūris į ligą padeda
greitai ir tinkamai reaguoti, laiku suteikti pagalbą, neprarastų vilties ir
kantrybės. Sergant bet kokia liga, ir ypač priklausomybėmis, pagerėjimui
reikia laiko.

Atkrytį svarbu priimti ne kaip aplinkinių ir asmens pastangų
beprasmiškumo įrodymą, bet kaip pamokomą pavyzdį, padedantį
geriau suprasti, kokiomis aplinkybėmis vėl pavartojama alkoholio,
būtina planuoti, kaip to išvengti, ir ieškoti, kas galėtų padėti tą padaryti.
Nesėkmė jokiam asmeniui nėra maloni patirtis, o priklausomybės atkrytis
sukelia dar ir stiprius gėdos, kaltės ir nusivylimo jausmus, paveikia ne tik
sergantįs, bet ir artimuosius, draugus bei pagalbą teikiančius specialistus.

Ši liga veiksmingai gydoma ir Lietuvoje. Nors tai lėtinė liga ir neretai
pasitaiko atkryčių, visgi yra veiksmingų jos gydymo būdų. Lietuvoje
valstybės finansuojamą priklausomybių sutrikimų gydymą galima
gauti penkiuose regioniniuose priklausomybės ligų centruose (Vilniuje,
Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose ir Panevėžyje), specializuotose psichiatrijos
ligoninėse ir psichiatrijos skyriuose, savivaldybių psichikos sveikatos
centruose, esančiuose kiekvienoje savivaldybėje. Nevyriausybinės
priklausomybių reabilitacijos bendruomenė teikia ilgalaikę pagalbą:
gydymo laikotarpiui asmuo persikelia į specialią bendruomenę, kurioje
mokosi gyventi be alkoholio ir / arba narkotikų. Bendruomenėse gydytis
gali vyrą ir moterys, yra keletas skirtų ir nepilnamečiams. Licencijuotų
programų adresai ir laisvų vietų skaičius skelbiami Narkotikų, tabako ir
alkoholio kontrolės (NTAKD) tinklalapyje. Priklausomybės ligų centruose
pagalba teikiama vaikams ir paaugliams, taip pat jų šeimų nariams. Yra
galimybė nemokamai patikrinti, ar vaikas arba paauglys vartojo alkoholį
arba narkotikus. Lietuvoje įteisinta ir anoniminio gydymosi galimybė,
neatskleidžiant savo tapatybės, tačiau tuo atveju visos gydymo
paslaugos yra mokamos. Sveikatos priežiūros įstaigose teikiamos
gydytojo psichiatro, psichologo, socialinio darbuotojo konsultacijos,
psichoterapinė pagalba, gydymas medikamentais. Įvairių informavimo
ir konsultavimo pagalbą teikia valstybinės, privačios įstaigos ir
nevriausybinės organizacijos. Šiuo metu veiksmingiausiomis gydymo
intervencijomis laikomos psichosocialinės reabilitacijos ir Minesotos tipo
programos, gydymas medikamentais. Veiksminga priemonė pasiekoti
būti ir išlaikyti daugeliui gali būti ir lankymas Anoniminių alkoholikų
(AA) užsiėmimuose. Kuo anksčiau kreipiamasi pagalbos dėl žalingo
alkoholio vartojimo bei priklausomybės nuo jo, tuo didesnė tikimybė
pasiekėti gerą rezultatą. Pagalba norint sumažinti alkoholio vartojimą gali
būti reikalinga ir nebūtina tik nuo jo priklausomam asmeniui. Lietuvoje
kaip ir kitose Europos Sąjungos šalyse sveikatos priežiūros įstaigose visą
sergančių priklausomybėmis sveikatos ir asmeninė informacija yra
konfidenciali, ją atskleisti galima tik esant raštiniam paciento sutikimui
arba teismo sprendimu. Taip pat informacijos gali kreiptis ir ją gauti Vaiko
teisių apsaugos tarnybos tiek, kiek to reikia teisėtiems vaiko interesams
užtikrinti. Štai svarbu suprasti kalbantis su šeimų, kuriose alkoholis
vartojamas žalingai, nariais.

Veiksminga pagalba šeimos nariams apima tinkamą informaciją,
laiku pradėtą gretutinių psichikos ir fizinių ligų gydymą, individualias
psichologo konsultacijas ir psichoterapiją grupėje, lankymą tarpusavio
palaikymo grupėse: Anoniminių alkoholikų (AA), Alkoholizmų sergančių
žmonių artimybių ir draugų bendrijos (AI-ANON).
Nors Lietuvoje priklausomybė nuo alkoholio ir žalingos vartojimas labai paplitę, priklausomybę turinčių žmonių rasime beveik kiekvienoje šeimoje, tačiau su žalingu vartojimu susijusios problemas slepiamos, jų gėdijamasi. Viena vertus, tai turi pagrindą, nes žmogus, kuriam diagnozuota priklausomybė, gali patirti įvairių teisinių apribojimų, netekti teisės dirbti tam tikrą darbą, vairuoti, įsigyti ginklą ir kt. Kita vertus, Lietuvos Respublikoje yra galimybė gydytis anonimiškai, be to, gydymasis vertinamas kaip palanki ir / arba lengvinanti aplinkybė turint problemų su teisėsauga arba gresiant netekti vaiko globos.

VEIKSMINGŲ ALKOHOLIO KONTROLĖS PRIEMONIŲ SAMPRATA

2014 m. Pasaulio sveikatos organizacija paskelbė išsamų mokslinių duomenų apie alkoholio vartojimą Europos Sąjungoje analizę, kurioje daugiausiai dėmesio skiriama mokslo įrodymais pagrįstoms alkoholio kontrolės priemonėms [17]. Veiksmingiausia alkoholio sukeliamą žalą visuomenėje mažina priemonių, veikiančių alkoholio paklauso ir pasiūlą, derinys. Pasaulio sveikatos organizacija, apibendrinusi mokslinius tyrimus, paskelbė, kad yra trys labiausiai apsimokančios alkoholio vartojimą visoje visuomenėje veiksmingai ir nebrangiai mažinančios priemonės – tai alkoholinių gėrimų kainos didinimas, prieinamumo mažinimas ir reklamos draudimas [18]. Lietuvos Respublikoje alkoholio kontrolės politika nuo 2018 m. labai sustiprės būtent šiomis kryptimis. Metų praėjusiose metuose šiame srityje buvo rastų kiekia, kad alkoholio vartojimo padaugėjo. Metų pradžioje priemonės buvo naudojamos mažinančios alkoholio vartojimą. Tačiau šiame srityje buvo rasama, kad alkoholio vartojimo padaugėjo, nes alkoholio vartojimo politika labai sustiprėjo. METŲ PRAĖJUSIOSE METUOSE ŠIAME SRYTE BUVO RASTŲ KIEMAS, KIEMBU VARTOJIMAS DAUGĖJÓ, NES ALKOHOLIO VARTOJIMO POLITIKA LABAI SUSTIPRĖJO.
moksleiviai, tarkim, renginių metu nepirkę ir nesidalytų su kita vaikais turimais alkoholiniais gėrimais. Priimtas vartojimo amžiaus aprūpino padės užtikrinti, kad alkoholį vartoti nepilnamečiai pradės vėliau, o mokykloje bus lengviau juos apsaugoti nuo žalingo alkoholio poveikio. Valstybė taip pat imasi priemonių apriboti vietų, kur galima įsigyti alkoholio, skaičių ir įsigijimo laiką. 2016 m., nepaisant alkoholio ir susijusios pramonės pasipriešinimo, reikšmingai padidinti ir alkoholio mokesčiai. Ši priemonė pasirodė veiksminga: Statistikos departamento duomenimis, 2017 m. bendras alkoholio suvartojimas mažėja, tačiau alkoholio akcizo mokesčių į biudžetą surenkama daugiau.

Alkoholį žalingai vartojančių ir nuo jo priklausomų asmenų gydymas ir pagalba jiems yra veiksminga alkoholio paklausos mažinimo priemonė [17]. Tiesa, brangesnė, naudojant sveikatos priežiūros sistemos išteklius, ilgiau trunkanti, sunkiau prieinama, reikalinga didesnio koordinavimo, tačiau veiksminga. Mokykla, teikdama pagalbą vaikams, kurių tėvai turi alkoholio vartojimo problemų, dalyvauja šiuose svarbiuose procesuose. Identifikuodami pagalbos reikalingus vaikus, nukreipdami pagalbai, informuodami Vaiko teisių apsaugos tarnus, mokyklų specialistus ir administraciją sukuria sąlygas kreiptis ir priimti pagalbą. Vaiko problemas, rūpinimasis jo sveikata ir ateitimi, rizika netekti vaiko globos gali tapti galingu motyvuojančiu veiksniu.

Užtikrinant kontrolės politikos ir mokykloje taikomų priemonių veiksmingumą labai svarbu siekti priemonių nuoseklumo, tarpusavio suderinamumo, atsižvelgti į kaštus ir poveikio trukmę. Alkoholio sukeliama žala ir jos prevencija mokykloje nėra tokia problema, kuri galima išspręsti vienu ypu ir visiems laikams. Keičiantis kartoms arba sustabdyti taikyti preventines arba pagalbos priemones, jų veiksmingumas silpnėja, neretai sumenksta ir įgyvendinimo nuoseklumas, taisyklių laikymasis, todėl reikia priemones kartoti. Jas teks taikyti kiekvienai naujai ateinančiai klasei, kartais iš naujo atsižvelgiant į problemų aktualumą, vartojimo paplitimą ir individualias aplinkybes.
Kaip bet kurios kitos prevencinės ir sveikatinimo priemonės, taip ir vaikų, augančių girtaujančiose šeimose, sveikatą ir mokslo pasiekimus turinčios striprinti priemonės turėtų būti sistemingos, ilgalaikės, tikslinės. Geriau orientuotis į tikrai įrodytus ir reikšmingus rizikos veiksnius, tokius kaip prastesnė sveikata arba blogesni mokymosi pasiekimai, negu į daugybę smulkių, nors ir emociškai paveikių paveikinių.

ŽALA, KURIĄ GERIANTYSIS SUKELIA ŠEIMOS NARIAMS

Priklausomybę nuo alkoholio turintis arba žalingai alkoholį vartojantis asmuo paveikia visus šeimos narius. Tokioje šeimoje alkoholiu piktnaudžiaujančio asmens elgesys ir poreikiai tampa centrine šeimos gyvenimo ašimi – taip artimieji tampa kopriklausomi (netiesiogiai priklausomi) [6,19]. Šeimos nariai – suaugusieji ir vaikai mėgina savomis jėgomis sumažinti sergančiojo daromą žalą, stengiasi nuslėpti šeimos „gėją“, jaučia kaltę, o jų pačių poreikiai, sveikata, pasiekimai, interesus ir ateities planai tampa ne tokie svarbūs. Visas dėmesys sutelkiamas tik į sergančiojo problemų sprendimą.

Kopriklausomi asmenys ne mažiau nei patys priklausomybės liga sergantieji linkę neigtį savo problemas, jaučia gėją ir kaltę. Šiuos jausmus, įprotį slėpti savo išgyvenimus ir problemas, jų gėdytis tebejaučia ir suaugę alkoholikų vaikai. Nors kopriklausomybė nėra liga, o dėl ypatingos patirties išmoktas elgesio modelis, jam pakeisti dažnai reikalinga specialisto pagalba. Kopriklausomi suaugusieji ir vaikai turi didesnę riziką patirti depresiją, nerimą, jie dažniau nei kiti pradeda žalingai vartoti švairias psychoaktyviąiasias medžiagas.

Vaikai, gyvenantys žalingai alkoholį vartojančiųjų šeimose, patiria problemų ne tik dėl psichologinių veiksnių, susijusių su girtaujančių artimųjų elgesiu, bet neretai ir dėl nepakankamai patenkinamų pagrindinių fizinių poreikų. Jiems gali trukti visaverčio maitinimosi ir kokybiškų buities sąlygų miegoti ir ilgėtis, gamtinėms sąlygoms ir aplinkybėms tinkamų rūbų, mokymusi ir socializacijai reikalingų priemonių [6, 19].
Žalingas vieno arba abiejų tėvų alkoholio vartojimas didina riziką, kad tokiose šeimose augantys vaikai:

- Patirs skurdą, fizinius neprikeiklius, bus nepakankamai pasirūpinta jų svarbiausiais fiziniais poreikiais.
- Trūks suaugusiųjų priežiūros ir palaikymo, nebus kas domisi juų sunkumais ir pasiekimais.
- Stokos dienotvarkės, rutinos, nuspėjamumo ir saugumo namuose; 
- Patirs psychologinį apleistumą – nebus patenkinami saugumo, prisirišimo, priklausymo ir vystymosi poreikiai.
- Pasieks menkesnių mokymosi rezultatų, dėl to sumažės jų galimybės ateityje siekti aukštesnio išimtos lėšų, geresnio darbo, didesnio užmokesčio.
- Bus menkiau socializuoti, neįgali to reikalingų bendravimo įgūdžių, jų socialinis mobilumas bus menkesnis.
- Dažniau patirs fizinį ir emocinį smurtą.
- Dažniau patirs seksualinę priežiūrą.
- Matys, kaip aplinkojame vartojamas alkoholis, narkotikai, rūkoma.
- Matys, kaip smurtaujama prieš kitus (brolius, seseris, motiną arba tėvą).

Yra nustatyta, kad šeimose, kuriose piktnaudžiaujama alkoholiu, vaikai turi šias didesnes rizikas. Jie:

1. Penkis kartus dažniau patiria valgymo sutrikimų.
2. Tris kartus dažniau nusižudo.
3. Turi keturis kartus didesnę grėsmę pradėti rizikingai vartoti alkoholią ar tapti nuo jo priklausom.
tėvų, jaučia bejėgiskumą ir kaltę, jaučiasi atsakingi už šeimos garbę. Neigiamų patyrimų ir jausmų gausa sekina fizines ir psichikos galias. Fiziniai nepritekliai, alvis, miego stoka, skausmas, baimė, liūdesys, apmaudas, kaltė menkina mokslo pasiekimus, stabdo asmenybės tobulėjimą. Tokie vaikai gali būti dirgūsni, įsitempę, netinkamai elgtis, būti pasyvūs, abejingi.

Būna ir labai gerai besimokančių moksleivių, kuriems pavyksta didžiuolėmis pastangomis kompensuoti dėl alkoholiu piktnaudžiaujančių tėvų elgesio patiriamus sisteminis rizikos veiksniai. Tai nulemia įgimti vaiko gabumai ir charakterio savybės, palankiai susiklosčiusios šalutinės aplinkybės, gaunama parama, materialinės sąlygos. Tačiau kur kas dažniau girtaujantys tėvai sugriauna net ir gabų vaikų galimybės pasiekti geresnių rezultatų ir susikurti normalią ateitį.

Alkoholiu piktnaudžiaujančių asmenų šeimose vaikai dažnai nesulaukia jiems reikalingos pagalbos iš tarnybų ir specialistų, nes, netinkamai suprasdami atsakomybė dėl savo tėvų elgesio, nesako tiesos apie juos kamuojančias problemas, neišsipasakoja apie patiriamą smurtą, drovisi prisipažinti, kad jiems trūksta reikalingų priemonių ir net maisto. Jie baiminasi tarnybų ir pareigūnų įsikišimo, nerimauja dėl pasekmių kitiems savo šeimos nariams, bijo, kad šeima iširs, o jie patys atsidurs valstybės globoje. Neretai ir kitas atsakingas suaugęs šeimos narys, kuris yra kopriklausomas, reikalauja, kad vaikai su niekuo neaptarienę šeimos problemų, artimųjų alkoholio vartojimo. Vaikui trukdoma kreiptis pagalbos, nes kopriklausomi asmenys bijo patys nukentėti, baiminasi neteisingas vaikų, todėl kaip įmanyma neigia sutuoktinio piktnaudžiavimą alkaloliu.

Pasaulio sveikatos organizacija ir naujausios (2016 m.) Didžiosios Britanijos rekomendacijos, kaip sumažinti alkoholio vartojimo sukeliamą žalą sveikatai, pabrėžia, kad nėra jokie rekomenduojamo saugaus vartoti kiekio, ir dauguma gyventojų gali sumažinti sveikatai daromą žalą sumažindami suvartojamus alkoholinius gėrimų kiekį arba visiškai jų atsisakydami.
Žalingą vartojimą ir priklausomybę nuo alkoholio lydi stipri stigma, įprasta su tuo susijusias problemas slėpti ir jų gėdytis. Tai daroma dėl kopriklausomybės, iš baimės, lojalumo ir meilės savo tėvams, gėdos ir bejėgiškumo jausmo, netikėjimo, kad kas nors pasikeis. Be to, baiminamasi kartais visai tikėtinų pasekmių, kad vaikai bus paimti valstybės arba kitos šeimos globai, „atiduoti svetimiems“, kad šeima nukentės finansiškai. Todėl problemas šeimoje slepia ne tik vaikai, bet ir kiti vaikui artimi žmonės. Tad kaip mokykloje pastebėti vaikus, kuriems reikia pagalbos dėl to, kad jų artimoje aplinkoje žalingai vartojamas alkoholis, kurių artimieji yra priklausomi nuo alkoholio.

Nėra vieno bruožo arba pastovaus jų derinio, padedančių atpažinti vaikus, augančius šeimose, kuriose alkoholis vartojamas žalingai arba yra nuo alkoholio priklausomų suaugusiųjų. Tiesiog svarbu žinoti, jog netinkamas vaikų elgesys klasėje ir po pamokų, prastai mokymosi pasiekimai, reikalingų mokymusi priemonių neturėjimas, pažangos stoka, agresyvus, ižūlus elgesys arba didelis nesavarankiškumas, bendrųjų įgūdžių stoka gali būti susiję ir su tuo, kad šeimoje girtaujama.

Valstybinis psichikos sveikatos centras


Nors šeimose, kur alkoholio vartojama daugiau ir dažniau, vaikams yra daugiau galimybų paragauti, gauti alkoholio, tai nebūtinai daroma su tėvų žinia. Tyrimai [22] rodo, kad apie trečdalį mamų ir apie pusę tėčių nežino, jog jų vaikai iki 10-ies metų jau yra ragavę alkoholio (Donovan J. E., Molina B. S., 2008).

Siekiant kuo anksčiau pastebėti moksleivius, kuriems gali reikėti didesnės pagalbos dėl jų namuose piktnaudžiaunčių alkoholiu artimųjų, verta atkreipti dėmesį į vaikų elgesį, kai jie žaisdami demonstruoja alkoholio vartojimą, sako tostus, pasakoja apie įvairių alkoholinių gėrimų skonį, atsineša alkoholinių gėrimų į mokyklą, išgęrę ateina į mokyklą, pavartoję alkoholio dalyvauja popamokinėje veikloje, mokyklos organizuojamose renginiuose bei ekskursijose.

Vaikai, kurių tėvai yra priklausomi nuo alkoholio arba vartoja jį žalingai, susiduria ir su kitomis problemomis. Jie dažniau paliekami kartoti kursą, be pateisinamos priežasties praleidinėja pamokas, visai nevaikšto į mokyklą, nutraukia mokslus (Casas-Gil M. J. et al, 2002). Jie dažniau elgiasi antisocialiai (agresyviai, nesilaiko priimtų elgesio taisyklių), elgiasi ne pagal savo amžių, lyg būtų vyresni (pseudobranda), jie tarsi atlieka tėvų vaidmenį, perima dalį jų pareigų [23].

Žinoma, visų šių problemų negalima sieti vien tik su alkoholio vartojimu šeimoje. Yra kitų sunkių ligų, socialinių problemų bei laikinų aplinkybių, kai vaikai elgiasi panašiai ir patiria panašių sunkumų. Kita vertus, netinkamas vaikų elgesys neaplenkia ir visiškai darnų, vaikais besirūpinančių šeimų.
Jeigu mokyklos specialistai (mokytojai, psichologai, socialiniai pedagogai ir kiti) laiku pastebi ir sureaguoją į moksleivio elgesį, galimai susijusį su bet kokių psychoaktyviųjų medžiagų vartojimu, tai gali tapti dialogo pradžia nustatant pagalbos poreikius ir esamas problemas vaiko aplinkoje.

**KAI KURIE POŽYMIAI, KAD VAIKAS GALI BŪTI KOPRIKLIAUSOMAS**

- Žema savivertė.
- Poreikis kontroliuoti aplinką ir padėtį (kur sėdėsiu, kas sėdės šalia, ką dabar veiksiemo).
- Perdėtas paslaugumas, pastangos įtikti kitiems.
- Nerimas ir įtampa.
- Perdėtas susirūpinimas ir galvojimas apie įvairiausias problemas ar nelaimingus nutikimus, kurie „gali atsitikti“ – bet jie neateis, mane būtinai paklaus ir t. t.
- Išsakomas pojūtis, kad nuolatos kažką atliko „nepakankamai gerai“, kad pasiekimuose nuolatos „kažko trūksta“ remiantis išoriniu vertinimu.
- Labai lengvai atsitraukia, nekonfrontuoja, nuslepia savo nuomonę, pirmiausiai stengiasi sužinoti, ką galvoja kiti.
- Dėl kitų problemų kaltina save.
- Nepasitiki kitais, neatviras, sunkiai užmezga artimus santykius, „išlaiko atstumą“.
- Sunkiai apsisprendžia, ambivalentiškas.
- Bijo likti vienas.
- Pykčio priepuoliai, nesivaldymas.

Prieš nusprendžiant, ar vaiko problemas tikrai kyla dėl šeimoje žalingai alkoholi vartojančių artimųjų, nereikėtų pasitikėti vien savo subjektyviais vertinimais, pravartu pasitarti su kitais specialistais, palyginti turimą
informaciją. Mokykloje dirbantis psichologas turėtų pasidomėti, kaip vaikas elgiasi per pamokas, pasikalbėti su mokytojais, socialiniais pedagogais bei socialiniais darbuotojais. Mokytojas savo ruožtu turėtų glaudžiai bendradarbiauti su psichologu, pasitikėti jo atliekamais nerimo, įtampos ir kitais psichologiniais įvertinimais. Svarbu atsižvelgti ir į mokymosi rezultatų, vaiko daromos pažangos pokyčius, neinterpretuoti pastebėtų įtarimų keliančios elgsenos pokyčių savarankiškai. Esant galimybeį, turimą informaciją reikėtų papildyti šeimos narių suteikta informacija.

Mokytojų ir specialistų vertinimai turėtų būti ir dažnai yra grindžiami įgytu išsimokslinimu, kompetencijomis, profesine patirtimi. Tačiau visada išlieka ir subjektyvumo elementas, remiamasi asmenine patirtimi. Reikia žinoti, kad asmeninė patirtis ne visada padeda tinkamai atpažinti vaikui kylančias problemas. Stenkites mažiau interpretuoti elgesio ir pasisakymų priežastis, dažniau klausite paties vaiko, vertinkite faktus ir matuokite. Pavyzdžiui, jeigu manote, kad vaikas patiria nerimą, pasistenkite apibūdinti, koks elgesys, jūsų nuomone, rodo nerimą, įvertinkite, kaip dažnai ir kaip aiškiai pastebimas konkretus nerimą keliantis elgesys, kokiomis aplinkybėmis pasireiškia. Taip pat kalbdamiesi su vaikais stenkitės išsiaiškinti, kokios priemonės padeda jiems sumažinti nepageidaujamą elgesį ir kokios pagalbos jie norėtų iš mokyklos specialistų.

**ĮSPĖJANTYS ŽENKLAI**

- Pesimistiškai ir nepatikliai vertina planuojamas malonias veiklas.
- Pasisako, kad ragavo alkoholio, kad tėvai tam neprieštarauja.
- Pernelyg daug žino apie alkoholio vartojimą ir elgesį išgérus.
- Greitai nusivilia.
- Turi nerealistiškų lūkesčių.
- Dėl neiškų priežasčių praleidinėja pamokas, pedagogams sudėtinga pasiekti tėvus telefonu, vaikas „tarpininkauja“ tarp mokytojų ir tėvų.
TEISINĖ APLINKA IR PROGRAMOS

Lietuva, 1995 m. ratifikavusi Jungtinių Tautų Vaiko teisių konvenciją, reglamentuojančią vaiko pilietines, politines, ekonomines, socialines ir kulturnes teises, įsipareigojo užtikrinti teisėtus vaiko interesus, įskaitant ir teisę į kuo geriausią sveikatą, apsaugą nuo narkotinių ir psychotropinių medžiagų vartojimo. 1996 m. priimtame LR Vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatyme pabrėžiama, kad vaikų egzistencijos, vystymosi, apsaugos ir dalyvavimo teisių apsaugą svarbu užtikrinti teisėtose ir ugdymo įstaigose, be to, vaikams turi būti uždarytas nuostatų prieš alkoholinių gėrimų vartojimą, o už vaiko nugirdymą, įtraukimą į girtavimą taikoma įstatymų nustatyta baudžiamojoatsakomybė. Ir Konvencija, ir Įstatymas numato, kad visur ir visada pirmiausia turi būti atsižvelgiama į teisėtus vaiko interesus. Taip pat įtvirtintas principas, kad kiekvienas vaikas turi lygias su kitais vaikais teises ir negali būti diskriminuojamas dėl jokių savo arba teisėtų atstovų savybių arba aplinkybių, įskaitant ir jų sveikatos būklę. Įstatymai aiškiai numato vaikų apsaugą nuo suaugusiųjų veiksmyų, skatinančių vartoti alkoholi: už vaiko (nepilnamečio iki 18 metų amžiaus) įtraukimą į girtauti pagal Baudžiamojo kodeksą 161 straipsnį baudžiama viešaisiais darbais arba bauda, arba laisvės apribojimu, arba laisvės atėmimu iki dvejų metų. Administracinių nusizengimų kodeksą 73 straipsnis, aptariantis tėvų valdžios nepanaudojimą arba panaudojimą priešingai vaiko interesams, numato įspėjimą, baudą arba administracinio poveikio priemonę – įpareigojima dalyvauti atitinkamose alkoholizmo ir narkomanijos prevencijos, ankstyvosios intervencijos, sveikatos priežiūros, resocializacijos, bendravimo su vaikais tobulinimo, smurtinio elgesio keitimo ar kitose programose (kursuose).

2015 m. Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamento (NTAKD) 53 savivaldybės įtraukusio tyrimo ataskaita apiė psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją ir kontrolės priemones bendrojo
ugdymo mokyklose atskleidė, kad beveik visų savivaldybių mokyklų (94 proc.) vidaus tvarkos taisyklėse įrašytas draudimas mokykloje ir jos teritorijoje vartoti bei platinti psichoaktyviąsias medžiagas. Trys ketvirtadalai mokyklų tokį draudimą yra įrašę dvišalėse mokymo sutartyse [24]. Tačiau vertinant alkoholio, tabako ir kitų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimą tarp nepilnamečių moksleivių, akivaizdu, kad tokių priemonių nepakanka.

2010 m. priimto Vaiko minimalios ir vidutinės priežiūros įstatymo pakeitimų tikslas buvo sukurti vaiko teises ir teisėtus interesus bei visuomenės saugumo poreikius atitinkančią ir elgesio problemų turinčio vaiko socializacijai, ugdymui bei švietimo ir kitos pagalbos teikimui skirtą vaiko minimalios ir vidutinės priežiūros priemonių sistemą, kuri padėtų vaikui įveikti susiformavusį ydingą elgesį, išsiugdyti prasmingo individualaus ir visuomeninio gyvenimo sampratus. Tačiau tam reikia, kad vaikai būtų aktyviai nukreipiami gauti tikslinę pagalbą, o tai iki šiol vyksta labai vangiai.


Lietuvoje įgyvendinant Vaiko globos (rūpybos) sistemos reorganizavimo strategiją ir Vaiko gerovės 2013–2018 m. programą [26], organizuojamas kompleksinių paslaugų teikimas krizinėse situacijose esantiems tėvams, auginantiems vaikus. Tai daroma kasmet remiant projektus, kuriuos vykdo savivaldybių socialinės paramos ar krizų centrai bei nevyriausybinės organizacijos, ugdantys tėvų socialinius ir pozityviosios tėvystės
įgūdžius, suteikiant prioritetą ankstyvųjų šeimos krizių prevencijai. 2014 m. 32 projektų vykdytojai 23 Lietuvos savivaldybėse kompleksinę pagalbą suteikė 2 265 asmenims, esantiems krizinėje situacijoje, iš viso 990 šeimų, 1 085 vaikams. Socialinės apsaugos ir darbo ministerija remia nevyriausybinių organizacijų, dirbančių šeimos gerovės srityje, veiklos projektus, kuriuose 2014 m. dalyvavo daugiau nei 25 tūkst. asmenų [27]. Savivaldybėse šios paslaugos yra plėtojamos nuolat: socialinės rizikos šeimos lankomos ir po darbo valandų, plečiami Vaiko teisių apsaugos skyriai, skiriama kompleksinės pagalbos šeimoms ir vaikams, turintiems psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo problemų, koordinatoriai.


Vaiko paėmimas iš šeimos taikomas tik kraštutiniu atveju, kai Vaiko teisių tarnybos įvertinimu vaikui aplinka yra pavojinga gyvybei ir sveikatai. Tais atvejais visada stengiamasi laikinajų priežiūrą ir globą perduoti artimiesiems ar giminaiciams. Ankstyvus Vaiko teisių apsaugos tarnybos įsikišimas gali sudaryti sąlygas vaiko tėvams kreiptis veiksmingos pagalbos, tapti paskata keisti savo elgesį. Statistika taip pat rodo, kad maždaug pusė vaikų grįžta atgal į šeimą, o pastaraisiais metais socialinės
rizikos šeimų mažėja, joms teikiama daugiau ir įvairesnių paslaugų. Kuo anksčiau tarnybos sužino apie socialinės rizikos šeimas ir jų narių keliamą grėsmę vaiko sveikatai, mokslo rezultatams, saugumui ir kitų poreikių patenkinimui, tuo anksčiau pradeda teikti pagalbą ir gali būti, kad vaiko patirta žala ir reikalingos pagalbos apimtis bus mažesnė negu tuo atveju, kai pagalba pradedama teikti labai pavėluotai. Kartais Vaiko teisių apsaugos tarnyba nori žinoti, kokių veiksnių padėti vaikui émėsi pati mokykla.

Gavus signalą apie problemas patiriantį vaiką arba jau paėmus vaiką iš nesaugios aplinkos, Vaiko teisių apsaugos tarnybos ieško artimųjų, kurie galėtų pasirūpinti vaiku. Savivaldybėse dirbantys socialiniai darbuotojai, pradėję darbą su šeima, surenka informaciją apie šeimos artimuusius, giminaičius, vaikui artimus asmenis, kurie, esant krizei šeimoje, galėtų nedelsiant pasirūpinti vaiku. Jeigu apie vaikui artimus žmones duomenų neturima, vaikai laikinai saugiai apgyvendinami savivaldybių krizių centruose, panašias paslaugas teikiančiose įstaigose. Pavyzdžiui, nuo 2017 m. kovo Vilniuje veikia keturios globėjų tarnybos, rengiančios būsimus globėjus ir įtėvius bei teikiančios jiems socialines ir psichologines paslaugas. Mieste jau dirba 11 profesionalių socialinių globėjų, pasirengusių vaiką priimti bet kuriuo metu, ir įtėvių bei globėjų vis daugėja: 2015 m. jų buvo 83, o 2016 m. jau beveik 350. 2017 m. Vilniuje buvo apie 400 be tėvų globos likusių vaikų, iš jų 213 gyvena bendruomeniniuose namuose, o ne institucinėse globos įstaigose.

Taigi nors vaikams, gyvenantiems socialinės rizikos šeimose, tikimybė netekti tėvų globos yra didesnė, visgi ji pakankamai maža ir tai kraštutinė priemonė, kurios imamasi siekiant spręsti vaiko problemas, net ir tokiose šeimose, kur artimieji alkoholį vartoja žalingai. Todėl mokykla neturėtų delstti kreiptis pagalbos dėl tokių vaikų į savivaldybių Vaiko teisių apsaugos tarnybas.
Artimųjų žalingas alkoholio vartojimas ir priklausomybė itin kenkia vaiko sveikatai, saugumui ir ateities perspektyvoms. Įsitikinti, ar aplinka šeimoje saugi ir tinkama vaikui, geriausiai gali vaiko teisių apsaugos specialistai, savivaldybių Vaiko teisių apsaugos skyrių specialistai, kurie taip pat skiria šeimoms kompleksinę pagalbą, koordinuoja teikiamas socialines, sveikatos priežiūros ir kitas paslaugas, ko padaryti mokykla neturi jokių galimybių.

Remiantis LR Sveikatos sistemos įstatymu ir 2016 m. redakcijos Vyriausybės nutarimu Nr. 1983 „Dėl bendrųjų vaiko teisių apsaugos skyrių nuostatų patvirtinimo“ savivaldybių Vaiko teisių apsaugos skyriai (skirtingai nuo mokyklių) turi teisę kreiptis ir gauti informaciją iš sveikatos priežiūros įstaigų. Susipažinti su sveikatos priežiūros įstaigų apie tėvų, globėją, įtėvių sveikatos būklę, vaikų savijudybes. Turėtų būti teisę gauti tokią informaciją, jie gali tiksliau suplanuoti ir paskirti minimalios ir vidutinės priežiūros priemones, koordinuotai apsaugoti teisėtus vaiko interesus.

Jeigu mokykla yra susidūrusi su tėvų žalingo alkoholio vartojimo epizodais (atvyko į ugdymo įstaigą, renginį apsvaigę, pasitaikė viešų incidentų), svarbu šiuos faktus konstatuoti Vaiko gerovės komisijoje ir informuoti Vaiko teisių apsaugos skyrių savivaldybėje.

Tikslinę pagalbą dėl to, kad vienas iš tėvų (globėjų) arba abu alkoholį vartoja žalingai, rekomenduojama ugdymo įstaigoje skirti moksleiviams tik suderinus veiksmus su konkrečios savivaldybės Vaiko teisių apsaugos skyriumi.

LR Švietimo įstatymas numato, kad ugdymo įstaigos privalo užtikrinti vaiko teisę į mokslą bei jo saugumą mokykloje: turi būti išsiaiškinamos ir šalinamos priežastys, dėl kurų vaikas negali lankyti mokyklos ar vengia tai daryti, reikia stengtis sugrąžinti į mokyklą ją palikusius mokinius, kartu su tėvais (globėjais, rūpintojais) padėti vaikui pasirinkti mokyklą pagal protines ir fizines galias ir joje adaptuotis [29].

Remiantis galiojančiais įstatymais sveikatos priežiūros įstaigos arba kitai ugdymo įstaigai neteikia ir nepatvirtina jokios informacijos apie tėvų, globėjų ir artimųjų, be paties asmens raštinio sutikimo. Mokykla be raštinių sutikimo neturi galimybės gauti informacijos apie moksleivio tėvų, globėjų arba artimųjų ligas, buvimą ligoninėje, sveikatos būklę ir prognozes, paskirtą gydymą. Tokia informacija, kaip ir kita asmenine laikoma informacija, išlieka konfidenciali net ir po asmens mirties, jos saugojimo tvarką nustato Lietuvos Respublikos įstatymai ir sveikatos apsaugos ministerija tvirtinami teisės aktai.

**VAIKO GEROVĖS KOMISIJOS VAIDMUO**

Vaiko gerovės komisija veikia kiekvienoje mokykloje ir kiekvienoje savivaldybėje. Komisijos veikla vadovaujasi LR švietimo įstatymu, Vaiko minimalios ir vidutinės priežiūros įstatymu, LR Vyriausybės nutarimais, Geros mokyklos koncepcija (patvirtinta 2015-12-21 įsakymu Nr. V-1308), švie-
timo ir mokslo ministro įsakymu „Dėl mokyklos vaiko gerovės komisijos sudarymo ir jos darbo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“.

Mokyklos vaiko gerovės komisijos paskirtis – organizuoti ir koordinouti prevencinį darbą, švietimo pagalbos teikimą, saugios ir palankios vaiko ugdymui aplinkos kūrimą, pagalbą mokiniams, turintiems specialiųjų ugdymosi poreikių, atlikti mokiniio specialiųjų ugdymosi poreikių (išskyrus poreikius, atsirandę dėl išskirtinių gabumų) pirminį įvertinimą ir atlikti kitas su vaiko gerove susijusias funkcijas. Į posėdžius ar pasitarimus komisija gali kvesti kitus suinteresuotus asmenis ar institucijų atstovus (vaiko teisių apsaugos, socialinė pagalbą teikiančių tarnybų, teritorinės policijos, sveikatos priežiūros įstaigų atstovus, atskirų dalykų mokytojus, klasių vadovus (kuratorius), vaikus ir kt.) – visa tai padidina galimybę kokybiškiau ir efektyviau suteikti pagalbą vaikui ir šeimai [30].

**Komisija savo veiklą grindžia šiais principais:**

- **Vaiko interesų prioritetiškumo.** Priimant sprendimus ar imantis bet kokių veiksmų, susijusių su vaiku, vadovaujamas vaiko interesais.

- **Vaiko dalyvavimo priimant su juo susijusius sprendimus.** Kai sprendžiamas su vaiku susijęs klausimas, vaikas, sugebantis išsakyti savo nuomonę, išklausomas tiesiogiai, o jei tai neįmanoma – per tėvus (globėjus, rūpintojus) įstatymų nustatyta tvarka, vaiko nuomonei skiriant deramą dėmesį.

- **Individualizavimo.** Priimant su vaiku susijusius sprendimus, atsižvelgiama į jo amžių, brandą, individualius poreikius, gebėjimus, artimiausios aplinkos (šeimos) poreikius, galimybes, lūkesčius ir kitas svarbias aplinkybes.

- **Visapusiškumo.** Siekiant sudaryti sąlygas veiksmingam įtraukiajam ugdymui, įvertinamas paslaugų ir pagalbos poreikis vaikui, jo tėvams (globėjams, rūpintojams) ir siekiama užtikrinti koordinuo-
tai teikiamos švietimo pagalbos, socialinių ir sveikatos priežiūros paslaugų teikimą.

- Konfidencialumo. Informacija, susijusia su sprendžiama vaiko ir jo šeimos problema, dalijamasi atsakingai – ji neskleidžiama ir neplatina su vaiko atvejo sprendimu nesusijusiems asmenims.

- Ankstvosios intervencijos. Siekiama kuo anksčiau atpažinti susirūpinimą keliančius vaiko elgesio požymius, užtikrinti reikalingos profesionalios, koordinuotai teikiamos švietimo pagalbos, socialinių ir sveikatos priežiūros paslaugų vaikui, jo tėvams (globėjams, rūpintojams) teikimą laiku.

- Dinamiškumo. Kuriant ir plėtojant vaiko gerovę Mokykloje, siekiama atvirumo kaitai, naujų idėjų kūrimo ir įgyvendinimo atsižvelgiant į besikeičiančius vaikų, jų tėvų (globėjų, rūpintojų) bei visuomenės poreikius.

- Refleksyvumo. Nuosekliai apmąstoma ir aptariama Komisijos veikla, įsivertinama, mokomasi iš patirties bei pagrįstai formuluojami Mokyklos tikslai ir uždaviniai vaiko gerovės srityje.

- Veiklos integralumo. Rūpinantis vaikams saugia ir mokymuosi palankia aplinka, kitais su vaiko gerove susijusiais aspektais, užtikrinama siekiamų tikslų ir uždavinių, jų įgyvendinimą reglamentuojančių vidaus dokumentų, taikomų priemonių ir metodų dermė Mokykloje.

- Bendradarbiavimo. Vaiko gerovės Mokykloje kūrimas ir palaikymas grindžiamas visų šiame procese dalyvaujančių bendruomenės narių bendra veikla ir tarpusavio pagalba [30].
PAGALBOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Mokykloje teikiamos pagalbos tikslas – užtikrinti visiems vaikams, nepriklausomai nuo jų tėvų arba teisėtų globėjų gyvenimo įpročių arba patiriamų ligų, vienodas teises į mokslą ir kitų jų teisių įgyvendinimą.

Vaikams ir šeimai teikiamos pagalbos uždaviniai:

- Užtikrinti kuo geresnį mokyklos lankomumą – mokyklą lankančių vaikų fizinė ir psichinė sveikata yra geresnė, jie rečiau vartoja psichoaktyvių medžiagų, dažniau įstoja į aukštąją mokyklas, sėkmingai prisitaiko norimoje aplinkoje. Lankomumas sudaro sąlygas ilgai būti rūpestingų saugos pagrinduose, gauti patarimą ir palaikymą.

- Sudaryti sąlygas ir teikti švietimo pagalbą, kad kiekvienas vaikas galėtų siekti geresnių mokslo rezultatų.

- Sukurti vaikams saugią nuo psychoaktyvių medžiagų vartojimo aplinką mokykloje ir informuoti tėvus apie tokios aplinkos svarbą.

- Užtikrinti patyrimo įvairovę: sudaryti sąlygas vaikams dalyvauti įvairiausiuose mokyklos veikloje (būreliuose) mokykloje, skatinti įsitraukti į papildomas užimtumo veiklas.

- Teikti pagalbą ir tarpininkauti valstybės institucijų ir nevyriausybinių organizacijų teikiamai tikslinei pagalbai vaikams, gyvenantiems su žalingai vartojančiais arba priklausomybė turinčiais artimaisiais.

- Informuoti ir padėti vaikams geriau suprasti priklausomybės sutrikimus kaip smegenų ligas, formuoti realistinius tėvų, globėjų, kitų artimųjų pasveikimo lūkesčius.

- Stiprinti vaikų gebėjimą siekti savo tikslų bendradarbiaujant, mokyti prašyti pagalbos ir ją priimti.
Valstybinis psichikos sveikatos centras

Vykyti alkoholio ir kitų psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją tarp nepilnamečių, o pradėjusiems vartoti – užtikrinti pagalbą atsisakant svaigalų.

**PAGALBOS PRIEMONĖS**


LR Švietimo įstatymas numato, kad savivaldybės vykdomoji institucija organizuoja įvairių lygių ugdytą bei neformalųjį švietimą, „organizuoja ir koordinuoja švietimo pagalbos teikimą mokiniui, mokytojui, šeimai, mokyklai, vaiko minimalios priežiūros priemonių vykdymą, tvirtina prevencinių programų kriterijus, sudaro sutartis su psychologinės pagalbos teikėja, teikiančiais švietimo pagalbą“.

**Todėl ugdymo įstaigos, teikdamos pagalbą moksleiviams ir dirbdamos su šeimomis, kuriose tėvai arba kiti šeimos nariai žalingai vartoja alkoholį arba yra nuo jo priklausomi, labiausiai turėtų remtis bendradarbiavimu su savivaldos vykdomosioms institucijomis ir Vaiko teisių apsaugos tarnybos padaliniais.**

2013 m. atlikto tyrimo (Goštautaitė Midttun N. et al, 2013), vertinusio paslaugų vaikams, vartojantiems psichiką veikiančias medžiagas, prieinamumą Lietuvos psichikos sveikatos priežiūros įstaigose [31],
ataskaita parodė, kad tokia pagalba prieinama, veiksminga ir priimtina, tačiau mokyklos ir kitos su vaikais dirbančios institucijos (bendrosios praktikos gydytojai, sveikatos prieziūros paslaugos, socialinės tarnybos) pernyiškai retai nukreipia vaikus gauti tikslinę pagalbą su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu susijusioms problemoms spręsti. Dažniausiai ji sveikatos prieziūros įstaigas kreipiamasi dėl alkoholio vartojimo, ir nepilnamečiai klientai ji šias paslaugas kreipiasi beveik išimtini tėvų ar globėjų lydimi (ir nepilnamečiai klientai dėl šių paslaugų gavimo dažniausiai kreipiasi tik tėvų ar globėjų lydimi). Siekiant kuo anksčiau nutraukti vaiko psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą, reikia skatinti tėvų apsisprendimą sukurti tokį paslaugų savo vaikams. Socialinės rizikos šeimų tėvai arba instituciniai globėjai gali vengti kreiptis pagalbos dėl vaikų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo. Tais atvejais, kai tėvai arba globėjai alkoholį vartoja žalingai arba yra nuo jo priklausomi, mokykla turėtų aktyviau surasti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo. Tais atvejais, kai tėvai arba globėjai alkoholį vartoja žalingai arba yra nuo jo priklausomi, mokykla turėtų aktyviau nukreipti gydymo paslaugoms, nepriklausomai nuo tėvų jsitraukimo, bendradarbiaudama su Vaiko teisių apsaugos ir savivaldybių socialinėms-pedagoginėms tarnybos. Labai svarbu išmokyti ir skatinti vaikų globos įstaigų personalą kuo anksčiau atpažinti problemą ir kreiptis, nes globos institucijos gali sukurti kai kurių paslaugų sistemą, o mokykloms įsivesti procedūras, kaip elgtis ir kur nukreipti visus vaikus, nors kartą pastebėtus vartojančius alkoholį arba kitas psichoaktyviąsias medžiagas, nustatyti tėvų informavimo apie pagalbos galimybės tvarką [31].

Bendradarbiavimas su tėvais ir globėjais yra įtvirtintas daugelyje teisės aktų, tačiau tai nereiškia, kad galima ilgai vilkinti pagalbą vien todėl, kad tėvai atsisako pripažinti jos poreikį ir neduoda jai sutikimo. Taigi nors mėginimai užmegzti bendradarbiaujančius santykius su tėvais ir kitais šeimos nariais labai svarbūs, tačiau mokykla turi itin ribotus išteklius paveikti nebendradarbiaujančių su mokykla, priklausomybės ligomis
sergančių, nesirūpinančių vaikais tėvų elgesį arba jvertinti realias vaiko gyvenimo sąlygas ir aplinkybes. Taip pat atsižvelgiant į tai, kad vaikų dėl girtaujančių artimųjų patiriamos problemos dažniausiai išaiškinamos palyginti vėlai, įtarus esant problemų, reikia stengtis jas spręsti nedelsiant.

Remiantis galiojančiais teisės aktais ir visuomenės sveikatos mokslo principais, ugdymo įstaigose sprendžiant vaikų, kurių aplinkoje girtaujama, problemas, rekomenduojama veikti šiomis kryptmis:

1. Plėtoti ir nuosekliai įgyvendinti universaliąsias visus moksleivių aprėpinčias psichikos sveikatos stiprinimo, psichologinės ir švietimo pagalbos, prevencijos bei informavimo programas, gerinti jų kokybę ir aprėptį, skiriant jose daugiau dėmesio temoms apie žalingo moksleivių artimųjų alkoholio vartojimą ir pagalbos galimybes.

2. Įtraukti žalingo moksleivių artimųjų alkoholio vartojimo temas į mokyklų vidaus taisykles, reagavimo į krizes ir pagalbos teikimo algoritmus, švietėjusių mokyklų bendruomenės skirtą informaciją, ugdymo sutartis.

3. Tobulinti mokytųjų ir mokykloje dirbančių specialistų kompetencijas anksti pastebėti moksleivių iš šeimų, kuriose alkoholis vartojamas žalingai, teikti jiems pagalbą ir mažinti dėl šių problemų patiriamą stigmą.

4. Skatinti klasių auklėtojus sudaryti neformalius klasės tėvų susitarimus raštu dėl alkoholio vartojimo, susijusio su vaikais, taisyklių, skirti šioms temoms dėmesio klasės valandėlėse.

5. Sistemingai skatinti ankstyvą Vaiko teisių apsaugos tarnybų įsitraukimą, jeigu mokyklos specialistams kyla įtarimų, kad vaiko aplinkoje alkoholis ir kitos psychoaktyviosios medžiagos vartojamos žalingai.

7. Moksleivius, pastebėtus vartojant alkoholį arba kitas psicho- aktyviąsias medžiagas, nukreipti į ankstyvosios intervencijos paslaugą.

8. Vykyti projektus, skatinti savanorišką moksleivių veiklą, susijusią su žalingo alkoholio vartojimo šeimoje problemomis, minėti svarbias tarptautines datas.

**UNIVERSALIŲJŲ PROGRAMŲ TOBULINIMAS IR PLĖTRA**

Vaikams iš šeimų, kuriose vienas iš artimųjų piktnaudžiauja alkoholiu, universaliosios programos (psichikos sveikatos stiprinimo, įgūdžių mo- kymo, švietimo pagalbos, prevencinės labai naudingos, nes padeda išlyginti šeimų gyvenimo aplinkybių nulemtus netolygumus, turinčius įtakos vaikų mokymusi ir pasiekimams. Kuo didesnė programų aprėptis, kuo labiau stengiamasi įtraukti ir sunkiausiasius pasiekimams, prasčiau besielgiančius arba pasyvesnius mokinius, tuo daugiau naudos patiria vaikai iš socialinės rizikos šeimų. Svarbu ir tai, kad universaliosios programose vaikai neišskiriami kaip priklausantys risikos grupėms, kaip kažko stokojantys, jiems sudaromos sąlygos gauti tą pačią informaciją kartu su bendraamžiais, mokytis panašiai į ją reaguoti ir nuosekliai elgtis. Atsižvelgiant į didžiulius dėl alkoholio patiriamų žalos mastus, alkoholio vartojimo šeimoje problemoms reikėtų skirti daugiau dėmesio. Šiomis temomis reikėtų papildyti pamokų, vykdomų projektų ir prevencinių programų turinį. Svarbu nuolat pasitikrinti, ar informacija apie alkoholio žalą, kontrolės politiką, psichikos sutrikimus, susijusius su alkoholio vartojimu, ir veiksmingą jų gydymą atitinka naujausius mokslo įrodymus.
Turinio ir mokytojų bei kitų mokyklos specialistų kvalifikacijos auditui verta pasitelkti kompetentingas šioje srityje valstybės institucijas, tokias kaip Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas, Specialio- sios pedagogikos ir psychologijos centras, Valstybinis psichikos sveikatos centras, bei nevyriausybinės organizacijas, veikiančias psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo ir sukeliamos žalos prevencijos srityje.


**ALKOHOLIO VARTOJIMO TEMŲ ĮTRAUKIMAS Į SUTARTIS, TAISYKLES, ALGORITMUS**

Alkoholio vartojimo elgesys vis dar labai menkai apibrėžiamas forma- liuose su ugdymo įstaigos veikla susijusiuse dokumentuose. Alkoholį vartoti draudžiama mokyklos patalpose ir teritorijoje, tėvai turi užtikrinti vaikų blaivų elgesį, kartais minimas teigiamas tėvų pavyzdys, kuris turėtų padėti užtikrinti, kad vaikai nevartos psychoaktyviųjų medžiagų. Iki-mokyklinio ugdymo įstaigų taisyklėse nustatyta, kad pasiimantys vaiką iš įstaigos asmuo turi būti blaivus, tačiau ar paimančio asmens neblaivumas kelia riziką vaikui ir ką tokiu atveju daryti, paliekama spręsti indivi-
dualiai. Blaivus tėvų elgesys visuose su mokykla susijusiuose renginiuose laikoma tarsi savaime suprantama norma, kita vertus, yra žinoma, kad daugybėje mokyklinių renginių, tokiose kaip mokslo metų pradžios ir pabaigos šventės, per klasių ir mokyklų organizuojamas Naujųjų Metų šventes, per „Šimtadienio“ ir „Išleistuvių“ šventes „simboliškai“, kitąsyk ir gausiai, suaugusieji alkoholį vartoja moksleivių akivaizdoje, retkarčiais ir mokyklos patalpose.

Iki 20-ies metų pailginus teisėtą alkoholio įsigijimo ir vartojimo amžių, nuo 2018 m. pradžios bus lengviau užtikrinti moksleivių ir kitų nepilnamečių blaivumą. Mokyklos bendruomenės narių alkoholio vartojimo elgesys gali keistis nuosekliai įgyvendinant alkoholio kontrolės įstatymus ir įtraukus papildomus tikslius ugdymo sutarčių punktus. Taip pat rekomenduojama į mokyklos dokumentus ir tėvams siunčiamą informaciją įtraukti konkrečias rekomendacijas apie tai, kaip tėvai galėtų tapti teigiamu sveikatą stiprinančio elgesio pavyzdžiui vaikams.

Labai svarbu iš anksto numatyti ir į mokyklos darbuotojų reagavimo algoritmus įtraukti būtinos veiksmus, kas turi būti padaryta, pastebėjus moksleivį vartojant alkoholį, pamačius, kad moksleivis apsveigę arba įtartinai elgiasi, pastebėjus, kad tėvai atvyko į mokyklos renginius apsveigę, aptikus pas moksleivį alkoholio arba nelegalių narkotinių medžiagų. Su šia tvarka turi būti supažindinami ir mokytojai, ir tėvai, laikui bėgant, turėtų būti tikrinama, kaip šių taisyklių laikomasi.

Šio leidinio tikslas – palengvinti mokytojams ir kitiems ugdymo įstaigos specialistams priimti sprendimus ir veikti saugant vaiko interesus. Lengviau yra veikti žinant, kad priimamas nebūtinai malonus sprendimas, galintis sukelti konfliktą su tėvais, yra teisėtas, kad priemones pritaikiusį pedagogą arba mokyklos darbuotoją tikrai palaikys administracija, nes jo veiksmai formaliai apibrėžti mokyklos vidaus dokumentuose.
MOKYTOJŲ IR MOKYKLOJE DIRBANČIŲ SPECIALISTŲ KOMPETENCIJŲ TOBULINIMAS

Ugdymo įstaigose turėtų vykti tikslinis ir reguliarus kompetencijų stiprinimas ir kvalifikacijos tobulinimas, kad mokyklose dirbantys specialistai geriau suprastų alkoholio vartojimo šeimose problemą, gebėtų apie šias problemas kalbėtis su tėvais ir vaikais, nestiprindami stigmos ir nesukeldamai nereikalingo priešiškumo. Verta pasitelkti įvairias valstybės ir nevyriausybinės organizacijas, kurios teiktų mokslo įrodymais grindžiamą informaciją. Kvalifikacijos tobulinimui itin svarbus tarpdisciplininis požiūris ir informacija, todėl rekomenduojama pasitelkti psichikos sveikatos priežiūros, priklausomybės gydymo paslaugas teikiančius specialistus, domėtis informacija apie veiksmingas alkoholio kontrolės politikos priemones, alkoholio pramonės poveikį pilietinei visuomenei ir pasipriešinimo akcijoms, teisiniams bei logistiniams paslaugų šeimoms teikimo aspektams. Praktinis kvalifikacijos tobulinimo užsiėmimų rezultatas gali būti ir tinkamai parengti mokykloje atpaskaitos, kurie palengvintų paslaugų vaikams ir šeimoms teikimą, koordinavimą, susitrintų specialistų profesinės kompetencijos požiūrių, pasitikėjimą tuo, ką jie daro.

PAPILDOMI RAŠYTINIAI SUSITARIMAI SU TĖVAIS

Mažiausiai alkoholio Europoje suvartojančios šalys – Islandija, Norvegija, Švedija pasižymi griežta valstybine alkoholio kontrolės politika. Islandijai pavyko pasiekti ypač puikių rezultatų mažinant alkoholio (ir visų kitų psichoaktyviųjų medžiagų) vartojimą tarp vaikų ir jaunimo. Šioje šalyje visiškai draudžiama alkoholinių gėrimų reklama, alkoholį įsigyti galima tik nuo 20 metų, veikia valstybinis alkoholio prekybos monopolis, alkoholis brangus ir sunkiau prieinamas. Islandija veikė kompleksiškai: kartu su griežta alkoholio kontrolės politika taikė ir universalias prevencines priemones: buvo stiprinamas vaikų fizinis aktyvumas, didinamos vaikų
laisvalaikio ir užimtumo galimybės, siekiama pagerinti santykius su mokyklomis ir tėvais. Nepilnamečiams ribojamas vakarinis laikas, kai jie gali būti ne namuose. Šios šalies ekspertai geraja savo praktika ne kartą dalijosi ir Lietuvoje. Viena iš priemonių, padėjusių Islandijoje reikšmingai sumažinti tabako, alkoholio ir narkotikų vartojimą tarp moksleivių ir jaunimo, – tai mokyklų susitarimai su tėvais, kuriuose aptariamas tėvų ir mokyklos specialistų elgesys, susijęs su nepilnamečių psychoaktyviųjų medžiagų vartojimu.

Mokyklos neturėtų apsiriboti tik formaliomis ugdymo sutartimis, reguliuojančiomis mokyklos ir tėvų arba teisėtų vaiko globėjų santykius. Verta siūlyti, dažniau sudaryti ir santykius kurti remiantis sutartiniais įsipareigojimais rašu – neformaliomis sutartimis, sudaromomis tarp konkrečios klasės auklėtojo ir tėvų, tarp pagalbą teikiančio mokyklos specialisto ir tėvų. Šie susitarimai skirti skiriasi nuo įpareigojimų arba nukreipimų, kurie gali būti teikiami Vaiko gerovės komisijos sprendimu, ir nuo standartinių „Sutikimo formų“, kurias tėvai pasirašo, kad neprieštarauja dėl vaiko pasirenkamos antrosios užsienio kalbos, etikos arba religijos dėstymo, leidžia būti apžiūrimam dėl utėlėtumo ir pan.

Svarbus tokių naujų siūlomų sutarčių elementas – pačių tėvų dalyvavimas formuluojant tokius susitarimus. Rekomenduojama pirmiausiai aptarti, kokias problemas, susijusias su vaikų alkoholio (ir kitų psychoaktyviųjų medžiagų) vartojimu, pastebi tėvai, ko jie tikisi iš mokyklos ir ko mokykla tikisi iš tėvų. Tada būtų siūlomas ir redaguojamas tokio įsipareigojimo tekstas. Taigi, klasės auklėtojas turėtų ne tiek siūlyti tipines sutartis, kiek stengtis aktyviai aptarti alkoholio vartojimo temas jau pirmuosiuose tėvų susirinkimuose ir skatinti tėvus įsipareigoti raštu laikytis mokslo įrodymais grindžiamų rekomendacijų. Temos diskusijoms – kaip tėvams atrodo, nuo kokio amžiaus galima dalytis su vaikais gėrimais, ar leidžiama patiens pasiimti namuose esančius gėrimus, ar leidžiama namuose ragauti alkoholį, aptarti su vaikų alkoholio vartojimu susijusius
mitus, kad saugiau vaikams alkoholį ragauti su tėvais namuose nei kažkur kitur. Mokyklos specialistai turėtų pateikti mokslo įrodymais ir teisės aktais grindžiamą informaciją apie tai, kad bet koks alkoholio vartojimas nepilnamečiams yra žalingas, o vartojimo skatinimas užtraukia teisinę atsakomybę.

Papildomi susitarimai galėtų apimti, pavyzdžiui, vaiko dalyvavimą mokyklos renginiuose ir veiksmus, kuriuos mokykla įsipareigoja atlikti pastebėjus vaiką vartojant alkoholį, kokių veiksmų turėtų būti imamasi pas vaiką radus elektroninę cigaretę, svagųjų medžiagų, kas turėtų būti informuojamas pirmiausiai, kaip organizuoti pavartojusio arba apsvaigusio vaiko palydėjimą ir saugumo užtikrinimą. Mokykla gali norėti, kad tėvai įsipareigotų nevartoti alkoholinių gėrimų per mokyklos šventes ir renginius. Kitas svarbus ir galimas elementas – tėvams sutarti tarpusavyje, kokių taisyklių laikomasi kiekvienuose namuose, kai juose lankosi bendraklasiai arba kiti moksleiviai. Pavyzdžiui, galėtų būti įsipareigojama, kad kai kurių tokos darbų vykdyti vieni pas kitus arba kitaip leidžia laiką, nepirkto, neduoti vaikams alkoholio, pastebėjus nutraukti vartojimą ir būtinai informuoti visų dalyvaujančių tėvus. Natūralu, kad gali būti tėvų, kurie tokių taisyklių nepalaikys, tačiau ne pradėti reaguoti į tai verta ramiai, neprieiskiant ir nedarant didelio spaudimo. Informacija apie tai, kurie tėvai tokius susitarimus yra pasirašę, kurie ne, gali būti suteikta kitiems klasės tėvams. Tai gali padėti apsispręsti leisti ar ne vaikams lankytis pas vienus ar kitus draugus.

Tokų sutarčių aptarimas ir pasirašymas – tinkama proga pasikalbėti su tėvais ir apie adekvačias bausmes arba netinkamo vaikų elgesio pasekmes, išsiaiškinti tėvų požiūrį ir pateikti mokslo įrodymais grindžiamą informaciją. Sutartyse galima numatyti ir veiksminges rekomenduojamas pasekmes vaikams, ir įsipareigojimą netaikyti fizinių ir drastiškų bausmių, bet kreiptis konsultacijos į mokyklos specialistus.
Nors siūlomai susitarimai dažniausiai neturi juridinės galios priversti dalyvius pakeisti savo elgesį, nenumato bausmių už jų pažeidimą, tačiau jie galėtų atlikti itin svarbų vaidmenį formuojant tinkamo elgesio lūkesčius, padėtų informuoti tėvus apie tai, kaip veiksmingai stiprinti vaikų sveikatą ir mažinti riziką vartoti psychoaktyviąsias medžiagas.

SISTEMINGAS ANKSTYVO VAIKO TEISIŲ APSAUGOS TARNYBŲ ĮSITRAUKIMO SKATINIMAS


Mokyklos galimybės išsiaiškinti realias šeimos gyvenimo aplinkybes gana ribotos. Švietimo sistemos specialistai, vertindami vaiko problemų priežastis, gali remtis vaiko elgesiu, aplinkinių pasisakymais, pačių tėvų suteikta informacija, tačiau neturi galimybės nustatyti, kaip neturi galimybės nustatyti tėvų sveikatos sutrikimų, nei gauti informacijos apie jų sveikatos būklę. Ugdytojo įstaiga gali niekada nesužinoti tikslios diagnozės, paskirto gydymo ir sveikatos pokyčių, todėl tinkamiausia įstaiga planuoti pagalbos priemones remiantis vaiko poreikiais bei patiriamų problemų dinamika.
TIKSLINĖ PAGALBA VAIKAMS IŠ ŠEIMŲ, KURIOSE ALKOHOLIS VARTOJAMAS ŽALINGAI

Tikslinė pagalba turėtų būti sutelkta svarbiausiems ilgalaikių pasekmių turintiems rizikos veiksniams mažinti:

- Prasti mokymosi pasiekimai.
- Blogas lankomumas ir silpnas ryšys su mokykla.
- Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas.
- Užimtumo paslaugų ir visapusiško lavinimosi paslaugų stoka.
- Prasti bendravimo įgūdžiai ir savivertės problemos.
- Atsakingų suaugusiųjų nebuvimas ir socialinių ryšių stoka.
- Kopriklausomybė (netiesioginė priklausomybė).

Priemonės, užtikrinančios vaikams lygias galimybes mokytis:

- Švietimo pagalba (prailgintų grupių, konsultacijų ir pagalbos rengiant namų darbus programos, papildomo užimtumo ir lavinimo programos).
- Būrelių ir popamokinės laisvalaikio veiklos prieinamumo mokykloje užtikrinimas, tarpininkavimas užtikrinant šių veiklų prieinamumą už ugdymo įstaigos ribų.
- Pagalba nutraukiant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą ir išliekant blaiviam – nukreipimas gauti ankstyvosios intervencijos paslaugas, teikiamas vaikams, vartojantiems psichoaktyviąsias medžiagas.
- Tarpininkavimas nukreipiant gauti paslaugas įvairiose nevyriausybinėse organizacijose, sveikatos priežiūros įstaigose ir kt.
- Psychologinės pagalbos ir konsultacijų vaikui teikimas.
- Psychologinės pagalbos ir konsultacijų tėvams teikimas.
- Tarpininkavimas tėvus įtraukiant į tėvystės mokymų programas.
- Vaikų įtraukimas į specializuotas pagalbos programas: programa „Linas“, savigelbos grupės.
- Skatinimas kreiptis pagalbos ir ją priimti.
PROGRAMA „LINAS“


NUKREIPIMAS Į SAVIGELBOS GRUPES

Sužinojus apie tai, kad vaikas auga šeimoje, kurioje yra žalingai vartojančių arba priklausomų asmenų, ir juos, ir jų artimuosius galima informuoti ir nukreipti į savigelbos grupes. Jos grindžiamos panašaus patyrimo žmonių tarpusavio palaikymu, problemų sprendimo ieškojimu, savanoriška pagalba ir 12 žingsnių programos principais. Šios grupės yra visiškai nepriklausomos, nebendradarbiaujauja su jokiomis organizacijomis
ir neperduoda jokios informacijos, tačiau priima visus pagalbos ieškančius asmenis. AL-ANON – tai nepriklausoma, savanoriška pagalba grindžiama priklausomybe nuo alkoholio sergančių žmonių šeimos narių, artimųjų ir jų draugų bendriją.

**ALATEEN grupės**

Alateen (alkoholikų vaikai) – tai AL-ANON šeimyninių grupių dalis ir yra jaunų žmonių, paauglių, kurių gyvenimą paveikė nors vieno iš tėvų ar kitų artimų žmonių priklausomybė nuo alkoholio, bendrija. Šių grupių kontaktus nesunkiai rasite internete ir šiame leidinyje, „papildomų išteklių“ skyriuje.

**Palaikykite tėvų pastangas kreiptis pagalbos ir bendradarbiauti su mokykla**

Mokykla neturėtų imtis atsakomybės už moksleivio tėvų elgesio pokyčius, neturėtų moralizuoti, bet gali patarti, suteikti informacijos, padrašinti kreiptis pagalbos ir laikytis pozicijos, kad gydymas gali būti veiksmingas, bei suteikti informaciją kur kreiptis.


Bendradarbiavimą lengviau užmegzti prisiimant konkrečius abipusius jsipareigojimus dėl geresnių moksleivio ugdymosi rezultatų. Kuo tiksliau suformuluosite konkrečias ir palyginti nedideles užduotis tėvams, tuo didesnė tikimybė, kad tėvams pavyks jas atlikti: pavyzdžiui, padėti vaikams jsigyti reikiamų mokyklai priemonių, pervesti pinigus dalyvavimui ekskursijoje, parašyti prašymą suteikti mokymosi pagalbą ir kt.
NUKREIPIMAS Į ANKSTYVOSIOS INTERVENCIJOS PASLAUGĄ

Tarptautiniai tyrimai rodo, kad anksti pradėję vartoti alkoholį asmenys suaugę dažniau tampa priklausomi nuo įvairių psichoaktyviųjų medžiagų. Mokykloje pastebėjus alkoholį vartojantį vaiką arba paauglį, reikėtų jas nukreipti ankstyvosios intervencijos paslaugai gauti. Ankstyvosios intervencijos sąvoka Lietuvoje pradėta vartoti palyginti neseniai, Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2002 m. balandžio 2 d. nutarime Nr. 437 „Dėl vaikų, vartojančių narkotines, psichotropines, kitas psichiką veikiančias medžiagas, nustatymo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ ankstyvoji intervencija apibrėžiama kaip psichologinių, socialinių pedagoginių pagalbos priemonių teikimas vaikams po to, kai nustatoma, kad jie vartoja psichoaktyviąsias medžiagas, skatinant nevartoti šių medžiagų.

šioje programoje turėtų skirti kaip vaiko minimalios priežiūros priemonę, galėtų nukreipti su alkoholiu ir / ar narkotikais eksperimentuojančius vaikus pedagoginių psychologinių tarnybų specialistams. NTAKD teikia informaciją apie įstaigas ir specialistus, pasirengusių taikyti Ankstyvosios intervencijos programą. Ankstyvąją intervenciją sudaro pradinis pokalbis, kurįame dalyvauja vaikas, tėvai arba globėjai, 8 val. trukmės patraukli interaktyvi praktinė veikla grupėje ir baigiamasis pokalbis. Jaunuolius motyvuoja atsisakyti svaiginamųjų medžiagų, jie sužino apie šių medžiagų sukėlimą žalą, keičiamas asmens požiūris į savo elgesį, stengiamasi užkirsti kelią priklausomybės atsiradimui. NTAKD ir toliau organizuoja Ankstyvosios intervencijos mokymus pataisos namų, atvirų jaunimo centrų ir atvirų jaunimo erdvių specialistams, taip siekdamas plėsti ankstyvosios intervencijos teikiamų paslaugų tinklą Lietuvoje.

**VYKDYTI TEMINIUS PROJEKTUS, SKATINTI SAVANORIŠKĄ MOKSLEIVIŲ VEIKLĄ**

Jaunuolių blaivybės nuostatos stiprėja, kai jie dalyvauja įvairioje praktinėje blaivybės stiprinančioje ir prevencinėje žalingų jpročių veikloje: jaunesnių moksleivių prevenciniame ugdyme, organizuoja teminius renginius, prisideda prie pastangų sušvelninti žalingo alkoholio vartojimo vartojimo sukeltas pasekmes (pavyzdžiui, bendradarbiavimas su vaikų globos namais). Sudarius moksleiviams sąlygas padėti kitiems, organizuoti pažintinius renginius, skirtus paminėti psichikos sveikatai ir vaikų teisėms svarbias datas, švietimas apie visuomenės pilietiškumo eroziją sukeliante alkoholio pramonės veiklą ne tik Lietuvoje, bet ir besivystančiose pasaulio šalyse padaro prevencines veiklas įdomesnes nei formalus teorinių žinių suteikimas. Blaivūs renginiai mokykloje su žinomais žmonėmis taip pat prisideda prie požiūrio ir nuostatų keitimo sveikatai palankesne kryptimi.
Pagalbos mokykloje organizavimas

Mokyklose turėtų būti nustatyta aiški tvarka, kaip ir kam pranešti apie įtarimus dėl tėvų piktnaudžiavimo alkoholiu, bei nuoseklus tolesnių veiksmų planas. Geriausių rezultatų pasiekiama, kai krizines situacijas dėl tėvų ir vaikų alkoholio (ir kitų psychoaktyviųjų medžiagų) vartojimo pavyksta įtraukti į univeršalus reagavimo algoritmus ir veiksmų planus. Tai skatina supratinamą, kad pagalbos veiksmus labiau lemia ne priežastis, dėl kurios vaikui reikalinga pagalba, bet individualaus vaiko momentiniai ir ilgalaikiai saugumo ir teisių poreikiai. Ir įtarimai, ir pasitvirtinusi informacija turi išlikti konfidencialūs, nes šiuos sutrikimus patiriančius asmenis ir šeimą lydi stipri stigma, aplinkinių priešiškumas, išnaudojimo rizika. Konfidencialumas labai svarbus norint užsitikrinti moksleivių (ir tėvų), kuriems reikės pagalbos, pasitikėjimą ir bendradarbiavimą. Ne mažiau svarbu, kad visi dalyvaujantys asmenys gautų pakankamai informacijos apie prieinamas pagalbos priemones: gydymo ir socialines paslaugas teikiančias įstaigos, specialistus, programas, nemokamos telefoninės pagalbos numeriai, nevyriausybines organizacijas, dienos užimtumo centrus, krizių tarnybas bei kitas institucijas, teikiančias psichologinę, socialinę, pedagoginę ir specialiąją pagalbą. Šiame leidinyje „Papildomų išteklių skyriuje“ rasite daug nuorodų apie tai, kur rasti patikimą informaciją šiomis temomis.

Įsitikinus, kad vaikui reikalinga pagalba dėl tėvų žalingo vartojimo arba priklausomybės nuo alkoholio, labai svarbu nustatyti būdus, kaip vaikas galėtų bet kuriuo paros metu paprašyti pagalbos nepakenkdamas sau: mokykla galėtų pateikti mokykloje dirbančių psychologo ir visuomenės sveikatos priežiūros specialisto vardą, pavardę, individuoto konsultavimo grafiką, darbo telefoną, kitus kontaktinius duomenis, taip pat susitarti, kam iš atsakingų suaugusiųjų galima pasiskambinti bet kuriuo paros metu, o kokiais atvejais skambinti trumpaisiais pagalbos numeriais.
**Pastebėti** ir dėmesingai reaguoti į vaiko mokymosi arba elgesio sunkumus.

**Įvertinti**, kokio laipsnio yra apleistumo, smurto, žalos vaikui rizika.

**Informuoti** tėvus, įvertinti bendradarbiavimą ir įgyvendinamų priemonių rezultatą.

Nepavykus arba jeigu tėvai nebendradarbiauja, **informuoti** Vaiko teisių apsaugos tarnybas.

**Bendradarbiauti** įgyvendinant Vaiko teisių tarnybos paskirtas priemones.

**Vykyti universalias ir tikslines pagalbos priemones.**

**Didinti** atsakingų suaugusiųjų, kuriais vaikas pasitiki, skaičių.

Geranoriškų mokytojų dėmesys mokykloje gali padėti sušvelninti tėvų alkoholio priklausomybės pasekmes vaikams, paskatinti tėvus kreiptis pagalba ir geresni mokymosi pasiekimai turi didelį poveikį moksleivio ateičiai.

**POKALBIAI SU TĖVAIS**


Aiškiai informuokite, kokia yra veiksmų

Aiškiai informuokite, kokia yra veiksmų
šėka, kai mokyklos specialistų vertinimu nėra pakankamos pažangos sprendžiant vaiko problemas, užtikrinant vaiko teises. Informuokite, kad turite teisę ir pareigą kreiptis į Vaiko teisių apsaugos skyrių. Svarbu pabrėžti, kad mokykla gali palaikyti pastangas sveikti ir bendradarbiauti, padėti pasirūpinti vaiko ugdymo poreikiais.

Dažnai tėvai net nesupranta, kad Vaiko teisių apsaugos skyrius – ne baudžiamoji, bet pagalbą koordinuojanti įstaiga ir gali padėti gauti nemažai papildomų socialinių paslaugų šeimos nariams. Remkitės faktais – riziką netekti vaiko globos arba kad vaikas gali būti pašalintas iš mokyklos pateikite kaip pasekmes, o ne kaip baumę.

Grasinimai, kurių neįgyvendinate, gali paskatinti vaiko artimuosius slėpti problemas ir alkoholio žalingą vartojimą, didėja rizika, kad vaikas bus gąsdinamas ir verčiamas slėpti tėvų piktnaudžiavimą alkoholiu. Tušti grasinimai yra neveiksmingi ir pavojujai, nes pasekmių nebuvais paskatina priklausomą asmenį manyti, kad jų grėsmė nėra nedidelė, ir nemotyvuojai keisti elgesio. Pasekmių neišvengiamumas, reaguojant į kiekvieną netinkamo elgesio su vaiku epizodą, veikia disciplinuojančiai, skatina elgesio pokyčius.


Dažniausiai į bet kokią konsultaciją su mokyklos specialistais priklausomų asmenų šeimos nariai atvyksta išsekę, sutrikę, tikėdamiesi kaip nors sustabdyti šeimos nario girtavimą, narkotikų vartojimą ar lošimą. Neretai klausia – „kaip turėčiau elgtis su savo (vyru, vaiku, tėvu), kad sustabdyčiau jo vartojimą?“ Artimiesiems būna gėda, baisu, kad gali netekti vaikų glo-
bos, jie jaučiasi esantys vieniši su savo problemomis. Dažnai paaškėja, kad jiems labai trūksta žinių ir supratimo apie priklausomybės ligą, jos simptomus, eigą ir gydymo galimybes. Dar didesnė problema yra tai, kad šeimos nariai mažai žino arba nieko nėra girdėję apie kopriklau- somybę ir prisišbėjo socialinių paslaugų stigmos. Visi šie veiksniai apsunkina kontaktą ir bendradarbiavimo mezgimą. Atviro, tiesų bendravimas, nemėginant nutylėti nemalonų dalykų, tačiau kalbantis apie faktus, procesus, pokyčius ir mažiau apie jausmus, gali padėti sušvelninti.

Bet kuri šeima gali susidurti su alkoholio ar narkotikų vartojimo problemomis, niekas nuo to nėra apsaugotas, ir vaikai tikrai nėra kalti dėl suaugusiųjų elgesio. Todėl tėvams ir švietimo sistemoje dirbantiems specialistams reikėtų daugiau žinoti apie šią problemą, būdus jos išvengti, gyvenimo įgūdžius, kuriuos derėtų diegti vaikams nuo mažumės, kad apsaugotų juos nuo blogų įpročių.

PAGALBOS PRAŠYMO ĮGŪDŽIAI IR KULTŪRA UGDYMO ĮSTAIGOJE

sąlyga. Mokykla turi mokyti įgūdžio prašyti pagalbos sau, kitam ir ją teikti. Mokykloje reikėtų sudaryti tokią aplinką, kurioje pagalbos prašymas būtų skatintas, turėtų būti lengvai prieinama informacija apie tai, kur galima kreiptis ir kokios yra procedūros. Praktiškai per kiekvieną pamoką galima vaikus paskatinti pagalvoti apie savo pagalbos prašymo elgesį, paklausti, kas padeda pagalbą priimti ir kas trukdo. Panašios refleksijos padeda pagerinti savo nepatenkintus poreikius, stiprina norą padėti kitiems ir įgūdį priimti pagalbą. Šie įgūdžiai stiprina teniuojamą ir nyksta aplinkoje, kurioje tarpusavio palaikymo bendruomenėje stokojama, o jį pagalbos prašymus atsiliepiama su panieka.

Svarbu kurti tokią aplinką mokykloje, kurioje pagalbos paprašyti ir ją priimti būtų lengviau. Tokios sąlygos susidaro, kai žmogus supranta, kad aplinkiniais žino apie jo patiriamas problemas, jomis domisi, nori padėti. Taigi stengiamasi, kad mokyklose būtų specialistų, su kuriais vaikai galėtų pasidalinti išgyvenamais sunkumais ir kurie pasiūlytų konkrečią pagalbą. Tokią pagalbą žmogui yra lengviau priimti. Pavyzdžiui, pasiūlius: paėjėsiu su tavimi namo kartu, paskambinsiu tavo močiutei, padėsiu iškviesti policiją, rasiu, kas paskolina knygą, susitarsiu dėl kontrolinio perrašymo, asmeniui yra lengviau pasakyti, ar jam to reikia ar ne, priimti pasiūlymą ar atmeti. Tuo tarpu pasakymas – kreipkis, jeigu reikės kokios nors pagalbos, yra pernykly abstraktus, žmogus gali tiesiog nejaukiai pasijusti, nes nežino, kokia pagalba jums atrodo labai apsunkinant, reikšminga, o kokią jūs galite ir norite suteikti.

Tinkamos mokyklos bendruomenės nuostatos, veikiančios ir aiškios procedūros, instrukcijos ir informacija padeda švietimo sistemos darbuotojams, vaikams ir tėvams, kurie turi įvairiausių problemų, suprasti, kad jie nėra vieniši, kad gali jaustis saugūs ir pajusti gydančią socialinės paramos ir palaikymo galią.


18. *First Global Ministerial Conference on Healthy Lifestyles and Non-communicable Disease Control* (Moscow, 28–29 April 2011). Recommended “best buys”.

19. Ignatavičiūtė L. *Alkoholis ir netiesioginė priklausomybė*. Vilnius:


24. NTAKD. Psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos ir kontrolės priemonių taikymo bendrojo ugdymo mokyklose apklausos ataskaita 2015 m. Vilnius; NTAKD; 2015.


28. ŠMM Įsakymas. Dėl Vaiko minimalios ir vidutinės priežiūros priemonių ar auklėjamojo poveikio priemonės įgyvendinimo savivaldybėje organizavimo, koordinavimo ir kontrolės rekomendacijų patvir-


Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas (NTAKD) – tai valstybės biudžetinė įstaiga, atsakinga už valstybės politikos narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės bei vartojimo prevencijos srityse formavimą, organizavimą ir įgyvendinimą savo kompetencijų ribose. Ši įstaiga teikia LR Vyriausybei pasiūlymus dėl teisės aktų projektų rengimo, rengia valstybinės alkoholio, tabako, narkotikų kontrolės ir narkomanijos prevencijos programas, koordinuoja ir kontroluoja jų įgyvendinimą, derina šios srities projektus, atlieka tikslines analizes, kontroluoja alkoholio prekybos licencijavimo veiklą, vertina narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės ir vartojimo prevencijos būklę šalyje. NTAKD teikia konsultacijas įvairioms įstaigoms, įskaitant ir ugdymo, dėl prevencinių ir kontrolės priemonių taikymo ir veiksmingumo, informuoja apie galiojančius teisės aktus, konsultuoja dėl veiksmyų, kai susiję teisės aktai yra pažeidžiami, įgyvendina mokymo, švietimo programas, vykdo ir skelbia mokslinius tyrimus.

Tinklalapyje http://ntakd.lrv.lt/ pateikiama daug informacijos apie pagalbą jaunimui:

Informacinis lankstinukas tėvams arba vaiko atstovams parengtas pagal įstatymą, kur kreiptis pagalbos Vilniaus mieste, jei vaikas vartoja alkoholį ar narkotikus

Informacija apie pagalbą alkoholį ar narkotikus vartojantiems jaunuoliams Vilniaus mieste

Priklausomybės ligomis sergančių tėvų vaikai: svarbūs faktai
http://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/Priklausomyb%C4%97s%20sergan%C4%8Di%C5%B3%20t%C4%97v%C5%B3%20vaika17%20(002).pdf

Kaip mokykla gali padėti vaikui, kurio mama ar tėtis girtauja?

Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos kampanijos
Socialinė informacinė kampanija „Pirmiausia – išklausyk“


Kampanijos tikslas – siekti paveikti tėvų elgseną, skatinti elgitis atsakingai prieš savo vaikus bei susimąstyti, ar esame tinkamas pavyzdys savo vaikams, formuojant neigiamas nuostatas psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo atžvilgiu.

Už informacijos teikimą srityje „Kur kreiptis pagalbos Jūsų savivaldybėje, jeigu vaikas vartoja psichoaktyviąsias medžiagas?“ atsakinga Psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos koordinavimo skyriaus vyr. specialistė Renata Šarkanė, tel. 807066 3188, el. paštas renata.sarkane@ntakd.lt
VALSTYBINIS PSICHIKOS SVEIKATOS CENTRAS
www.vpsc.lt

Valstybinis psichikos sveikatos centras – tai biudžetinė sveikatos priežiūros įstaiga, kurios paskirtis yra visuomenės psichikos sveikatos priežiūros, pirminės ambulatorinės psichikos sveikatos priežiūros bei priklausomybės ligų ir savižudybių prevencijos koordinavimas, gyventojų psichikos sveikatos ir jai įtaką darančių veiksnių stebėsenos bei vertinimos, gyventojų psichikos sveikatos sveikatos stiprinas ir ugdymas. Įstaigos veiklos tikslas – vykdyti visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą psichikos ligomis bei savižudybių skaičių, gerinti visuomenės ir asmens psichikos sveikatą, mokyti sveikos gyvensenos įgūdžių.

Valstybinio psichikos sveikatos centro interneto puslapyje www.vpsc.lt galima rasti leidinių, vaizdo seminarų, diskusijų vaizdo įrašų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo bei elgesio priklausomybių (probleminio azartinio lošimo, interneto naudojimo), kopriklausomybių prevencijos temomis. Prevencinė informacija taip pat pateikiama internete FACEBOOK platformos paskyroje „VIA“, Youtube kanale „VPSC Valstybinis psichikos sveikatos centras“, nuolatinėje rubrikoje „Nerūkyti niekada ne vėlu“.

Socialinės reklamos, kampanijos ir projektai:


Priklausomybių prevencijos akcija „VIA“ https://www.facebook.com/vpsc.via

PRIKLIAUSOMYBĖS LIGŲ CENTRAI

www.vplc.lt

Respublikinis priklausomybės ligų centras – gydymo įstaiga, teikianti medicinines, psychologines ir socialines paslaugas asmenims, žalingai vartojantiems alkoholį, narkotines medžiagas ar tabaką, bei jų šeimos nariams. Geriausių priklausomybės ligų gydymo rezultatų pasiekiama, kai kompleksinį gydymą taiko tarpdisciplininė specialistų komanda (gydytojai, psychologai, slaugytojai, socialiniai darbuotojai, visuomenės sveikatos specialistai, ergoterapeutai). Įstaigoje vyksta vaikų ir jaunimo reabilitacija, psichosocialinė reabilitacija, stacionarusis ir ambulatorinis priklausomybės gydymas, abstinenčijos gydymas ir kt. Šis centras yra vienas svarbiausių mokymo centrų – čia teorines ir praktines žinias tobulina medicinos studentai, gydytojai psychiatrai ir šeimos gydytojai, slaugytojai. Įstaiga yra socialinio darbo metodinis ir UNODC (Jungtinių Tautų Narkotikų ir nusikalstamumo prevencijos biuro) Mokymų centras Baltijos šalims, centro darbuotojai veda mokymus areštinių ir kalėjimų
personalui, teikia techninę paramą psichikos sveikatos ir priklausomybės ligų centrams, rengia publikacijas pakaitinės terapijos metodonu ir kita aktualiai Klausimais. Respublikinio priklausomybės ligų centro misija – užtikrinti visapusišką gydymą, psichologinę ir socialinę pagalbą asmenims, kurių gyvenimą ir sveikatą neigiamai veikia priklausomybės nuo tabako, alkoholio ar narkotinių medžiagų ligų keliami rūpesčiai.

**VILNIAUS PRIKLAUSOMYBĖS LIGŲ CENTRE** veikia septyni skyriai, teikiantys įvairias gydymo paslaugas priklausomybės ligomis sergantiems asmenims. Centre galima gydytis tiek ambulatoriškai (tik lankantis pas gydytoją), tiek stacionariai (gulint ligoninės skyriuje). Pasitaręs su gydytoju, pacientas gali rinktis jam tinkamiausią gydymo medikamentais arba reabilitacijos programą. Taip pat yra galimybė dalyvauti darbo reabilitacijos projekte ir įgyti virėjo, padavėjo ar barmeno specialybę. Pagalbą teikia kvalifikuoti centro psichologai ir socialiniai darbuotojai; specialistių konsultacijos, derinamos su gydymu vaistais, lemia didesnę gydymo programos sėkmę. Skyriuje taip pat rengiamos socialinių įgūdžių formavimo grupės vaikams iš socialinės rizikos šeimų, taikomas atvejo vadybos metodas. Paslaugos nemokamai teikiamos visiems suinteresuotiems asmenims, kreipiantis jokių dokumentų nereikia.

**Adresas** Gerosios Vilties g. 3, Vilnius
**Darbo laikas** 7.00–19.00 (darbo dienomis)
**Informacija** (8 5) 216 0014

**Vaikų ir jaunimo reabilitacijos skyrius.** Šio skyriaus tikslas – padėti vaikams ir jaunimui (nuo 15 iki 24 m.), žalingai vartojantiems psichoaktyviąsias medžiagas ar turintiems priklausomybės problemų, siekti ir išlaikyti stabilią remisiją, lavinti emocinius, socialinius, pažintinius, mokymosi ir kt. įgūdžius. Pagal numatytą dienotvarkę skyriuje su pacientais dirba psichologai ir socialiniai darbuotojai. Besigydantiems moksleiviams yra užtikrinamas bendrojo lavinimo ir ugdymo tęstinumas:
Valstybinis psichikos sveikatos centras
Valstybinis psichikos sveikatos centras

Vilniaus Jono Laužiko konsultacinio mokymo centro pedagogai veda pamokas, padeda po gydymo grįžti į savo mokyklas. Gydymas parenkamas individualiai ir trunka nuo vieno iki trijų mėnesių, tačiau esant poreikiui reabilitacijos kursas pratęsiamas iki šešių mėnesių. Skyriuje dirbantys specialistai uždo bendravimo įgūdžius, moko atpažinti, suprasti ir įvardyti savo jausmus, skatina siekti asmeninių tikslų bei stiprina pasitikėjimą savimi.

Adresas Šlaito g. 14, Vilnius
Informacija 8.00–15.00 (darbo dienomis)
Registracija (8 5) 232 5545

RPLC VILNIAUS FILIALAS
Gerosios Vilties g. 3, Vilnius
Tel. (8 5) 213 7808
El. p. vilnius@rplc.lt
Interneto svetainė: www.vplc.lt

RPLC KAUNO FILIALAS
Giedraičių g. 8, Kaunas
Tel. (8 37) 33 32 55
Faks. (8 37) 33 32 53
El. p. info@kaplc.lt
Interneto svetainė: www.kaplc.lt

RPLC KLAIPĖDOS FILIALAS
Taikos pr. 46, Klaipėda
Tel. (8 46) 41 50 25
Faks. (8 46) 41 06 48
El. p. klaipeda@rplc.lt
Interneto svetainė: www.kplc.lt
RPLC ŠIAULIŲ FILIALAS
Daubos g. 3, Šiauliai
Tel. (8 41) 52 24 88
El. p. siauliais@rplc.lt
Interneto svetainė: www.splc.lt

RPLC PANEVĖŽIO FILIALAS
Elektronikos g. 6, Panevėžys
Tel./faks. (8 45) 58 26 73
El. p. panevezys@rplc.lt
Interneto svetainė: www.pplc.lt

SPECIALIOSIOS PEDAGOGIKOS IR PSICHOLOGIJOS CENTRAS
http://www.sppc.lt

Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos mokymo programa mokinių tėvams

Šios programos tikslas – mokinių tėvų švietimas ir jų skatinimas aktyviai dalyvauti psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijoje, teikiant objektyvią informaciją apie psychoaktyviąsias medžiagas, jų vartojimo priežastis, pasekmes, priklausomybių pavojus, raginti tėvus daugiau bendrauti su savo vaikais, mokyti pažinti jų poreikius, raidos ypatumus, stiprinti šeimos narių fizinę ir psichinę sveikatą. Programoje teikiama informacija apie mokyklos ir socialinių partnerių teikiamą socialinę, pedagoginę, psichologinę, teisinę, medicininę, specialiąją pagalbą.

Kontaktai:
Viršuliškių g. 103, LT-05115 Vilnius
Tel. (8~5) 242 64 03
Faks. (8~5) 242 64 03
el. paštas: info@sppc.lt
SAVIGELBOS ORGANIZACIJOS


AL-ANON regionų ir grupių kontaktai:

**Vilniaus regiono centras**
S. Daukanto a. 1, 01122 Vilnius; Šv. Kryžiaus namai
El. paštas: vilniausreg@al-anon.lt
Telefonas: +370 612 66801

**Kauno regiono centras**
Laisvės al. 101a, kiemelyje, šalia Šv. Gertrūdos bažnyčios, Kaunas
El. paštas: juratesc@kaunas.init.lt
Telefonas: + 370 686 64974
Klaipėdos regiono centras
Darželio g. 11, Klaipėda, DPJC patalpose
Telefonas: +370 685 43698
El. paštas: saulegrazaafg@gmail.com
Daugiau kontaktų: http://www.al-anon.lt/Kontaktai,-adresai-ir-nuorodos/

ALATEEN GRUPĖS


Kontaktams: Kristina murmek.toliau@gmail.com
Kilus klausimų skambinti: 8 647 30369; 8 642 44316

Vilniuje S. Daukanto a.1 (Šv. Kryžiaus namuose)
Penktadieniais 18 val.

Kaune Savanorių pr. 66-320
Ketvirtadieniais 18 val.

LIETUVOS BLAIVYBĖS FONDAS
www.blaivus.org

Fondas įsteigtas 1992 m. vasario 22 d., yra visuomeninių organizacijų sąjunga, kurios teisinė forma – asociacija. Fondo tikslas – organizuoti bei vykdyti alkoholio ir kitų narkotikų vartojimo bei priklausomybių
prevencijos švietimą, taip pat metodinės medžiagos šioms reikmėms leidybą, plėtoti ir koordinuoti savo narių ir blaivybės organizacijų veiklą, remti blaivybės veiklos programas Lietuvoje, teikti pagalbą nukentėjusiems nuo alkoholio ir kitų narkotikų. Šiuo metu Fondą sudaro 4 visuomeninės organizacijos: Vyskupo Motiejaus Valančiaus blaivystės sąjūdis, Lietuvos blaivybės draugija „Baltų ainiai”, Lietuvos krikščioniškojo jaunimo blaivybės sąjunga „Žingsnis” ir draugija „Šalpa“ sveikstantiems alkoholikams bei narkomanams remti.

**Fondo iniciatyva Lietuvoje įgyvendinama programa „Linas“.** Šiuo metu tai vienintelė specializuota pagalbos priklausomų tėvų vaikams programa mokyklose ir kitoje aplinkoje. Priemonę taikyti ir naudoti metodinę medžiagą gali tik bazinius mokymus pabaigę specialistai.

**Metodinė medžiaga skelbiama:**

http://www.blaivus.org/Metodine-literatura-mokymams/Metodine-medziaga-Linas/

**Kontaktams:** Lietuvos blaivybės fondo tarybos pirmininkas Andrius Stasiukynas tel.: +370 (686) 94 604; el. paštas: info@blaivus.org

---

**PARAMOS VAIKAMS CENTRAS**

http://www.pvc.lt/lt/

Tai nevyriausybinė organizacija, veikianti nuo 1995 m., jos misija – užtikrinti vaikų psichinę gerovę, teikiant profesionalią efektyvią kompleksinę pagalbą vaikams ir šeimoms.

**Veikla ir paslaugos:**

- Teikia psychologinę, socialinę, psichiatro ir teisinę pagalbą prievertą patyruysiems vaikams ir šeimoms.
- Teikia konsultacijas ir mokymus vaikus ar paauglius auginantiems tėvams ir globėjams.
- Įgyvendina savanorių programą „Big Brothers, Big Sisters“ vaikams, kuriems reikia pagalbos ir palaikymo įveikiant psychologinius sunkumus.
- Teikia psychologines konsultacijas ir psichoterapijos paslaugas vaikams ir suaugusiesiems.
- Rengia mokymus ir konsultacijas su vaikais dirbantiems psychologams, socialiniams darbuotojams, psichiatramis, pedagogams, teisininkams, vaiko teisių apsaugos specialistams, gydytojams ir kitiems.

Vykdomos programos:

**Big Brothers, Big Sisters. Savanoriškos mentorystės programa,** kurios metu profesionalų atrinktas ir apmokytas savanoris mažiausiai vienerius metus individualiai bendrauja su 7–14 metų vaiku ar pauglui.

**Savanoriai teikia vaikams ir paaugliams emocinę paramą,** rodo teigiamą pavyzdį, jų bendravimą koordinuoja Centro specialistai. Programos tvarumą užtikrina ilginiui ilgai tarp didžiųjų ir mažųjų draugų užsimezganti draugystė.

**Daugiau:** [www.bbbs.lt](http://www.bbbs.lt); [http://www.pvc.lt/lt/big-brothers-big-sisters](http://www.pvc.lt/lt/big-brothers-big-sisters)

**„Vaikystė be smurto“** – tai programa, skirta padėti vaikams, patyrusiems smurta. Teikiama profesionali kompleksinė (psychologinė, socialinė, psichiatro ir teisinė) pagalba nuo smurto nukentėjusiems vaikams ir jų artimiesiems, vykdomos teisinės vaikų apklaukos, padedama vaikui ir šeimai pasirengti teisinėms procedūroms. Specialistams teikiama metodinė medžiaga, organizuojami mokymai ir profesinės priežiūros grupės, teikiamos konsultacijos. **Daugiau:** [www.vaikystebesmurto.lt](http://www.vaikystebesmurto.lt)
Kompleksinės paslaugos šeimai. Vilniaus miesto socialinės paramos centras kartu su Paramos vaikams centru ir kitomis nevyriausybinėmis organizacijomis 2017 m. rugsėjo pradėjo ketverius metus trukstantį projektą „Kompleksinių paslaugų teikimas šeimai Vilniaus mieste“. Projektas finansuojamas Europos Sąjungos struktūrinių fondų paramos lėšomis, todėl Vilniaus gyventojams paslaugos nekainuos. Kompleksine pagalba gali pasinaudoti vaikai, patyrę emocinę krizę ar išgyvenantys kitus sunkumus, tėvai, susiduriantys su vaikų auginimo ir kitomis psichologinėmis problemomis, šeimos, patiriančios tarpusavio santykių ir kitas krizes.

Adresas: Latvių g. 19A, 08113 Vilnius, Lietuva
Telefonai: (8 5) 2 715980, 8 611 43567
El. paštas: pvc@pvc.lt; ausra@pvc.lt

ASOCIACIJA „MENTOR LIETUVA“
http://mentor.lt/

Organizacijos veikla
- Ugdo vaikų ir jaunimo gyvenimo įgūdžius, reikalingus sveikai gyventi ir nepradėti vartoti tabako, alkoholio ir narkotikų.
- Šviečia ir gilina mokytojų, socialinių pedagogų, psychologų kompetencijas prevencijos srityje.
- Ugdo tėvų ir globėjų bendravimo šeimoje, vaikų auklėjimo įgūdžius, būtinus norint apsaugoti vaikus nuo tabako, alkoholio ir narkotikų.
- Skatina verslo įmonių socialinę atsakomybę, sudaro sąlygas darbuotojų savanoriškai veiklai.

www.kaveikiavaikai.lt
Organizacijos „Mentor Lietuva" sukurta mokymosi programa internete, kurios tikslas – padėti tėvams apsaugoti vaikus nuo piktnaudžiavimo psychoaktyviomis medžiagomis ir skatinti juos sveikai gyventi.

Adresas:
Gedimino pr. 12, LT-01103 Vilnius
Tel.: +370 5 268 2505
El. paštas: info@mentor.lt

Eglė Degutienė, generalinė sekretorė tel.: +370 611 28 782; el. paštas: egle.degutiene@mentor.lt
Giedrė Kisielė, programų koordinatorė: +370 652 04 109; el. paštas: giedre@mentor.lt

VAIKŲ GEROVĖS CENTRAS „PASTOGĖ“
http://pastoge.lt/informacija/pagalbos-seimai-tarnyba/
Organizacija teikia socialines paslaugas likusiems be tėvų globos vaikams, jų tėvams, vaikus globojančioms šeimoms ir jėţviams, vykdo mokymus socialiniams darbuotojams.

Pagalbos šeimai tarnyba – padeda vaiką, kuriam nustatyta laikinoji globa, susigražinti į šeimą. Renka informaciją apie skubos tvarka
Globojančių šeimų tarnyba – organizuoja Kauno m. tėvų globos netekusiems vaikams laikinąją ir nuolatinę globą šeimose, populiariai šeiminę globą, ieško, parenka ir apmoko globėjus, jiems teikia socialines paslaugas, konsultuoja bei moko kitų miestų ir rajonų tarybas ir institucijas, užsiimančias vaikų globos organizavimui. Pagal susitarimą su kitų rajonų (miestų) savivaldybėmis apmoko būsimus globėjus.

Įvaikinimo tarnyba – organizuoja ir populiarina įvaikinimą Kauno mieste, siekia geresio supratimo ir atvirumo, vykdo įvaikintojų pasirengimo patikrinimą, rengia šeimams įvaikinimui, teikia paslaugas įtėviams ir kt.

Vaikų skyrius – teikia vaikui, netekusiam tėvų globos, laikiną pastogę, reikiamą pagalbą, ugdytą, moką, išlaikymą, laikinai globoja vaiką, jam atstovauja, gina jo teises ir teisės intereses. Stengiamasi užtikrinti kokybišką socialinę ir pedagoginę pagalbą besikreipiantiems į „Pastogę“ vaikams bet kuriuo paros metu, išsaugoti bendravimą su tėvais, broliais ar seserimis, kitais vaikui reikalingais žmonėmis, jeigu tai nekenkia vaiko interesams ir saugumui.

Psichologinė pagalba – psichologinę pagalbą teikia psychologas ir psichoterapeutas: vaikams, gyvenantiems VGC „Pastogė“ krizių centre, grąžintiems į šeimą, kol šeima yra socialinių darbuotojų priežiūroje, į globą patekusį vaikų tėvams ir kitiems šeimos nariams, besiruošiantiems tapti ar jau esantiems įtėviams ir globėjais, įvairių sričių specialistams, dirbantiems su vaikais.

**Jei tau sunku, pagalba telefonu** 116111 teikiama anoniminė psichologinė pagalba visos Lietuvos vaikams ir paaugliams.

**www.vaikulinija.lt**

**Kontaktai:** el. paštas pastoge@kalnieciai.lt; tel. (8 37) 313912

---

**ŠEIMOS SANTYKIŲ INSTITUTAS**

http://www.ssinstitut.lt/

**Pagrindinis Šeimos santykių instituto tikslas** – rūpintis visapusiška šeimos gerove ir jos gyvenimo kokybe. Įstaiga, integruodama psichologines paslaugas, projektus ir mokymus, padeda šeimoms kurti darnesnius santykius.

**Projektai ir paslaugos**

- Vaikų ir paauglių dienos centras
- Vaikų psichikos sveikatos gerinimas
- Pagalba nuo smurto nukentėjusiems vaikams
- Vaikų globa ir jvaikinimas
- Šeimos gerovės stiprinimo programa
- Smurto artimoje aplinkoje prevencija

Visi besikreipiantys registruojami pirminei konsultacijai telefonu (8 37) 750935 (mob. 869823995), per kurią patikslinamas grupės laikas ir lankymo sąlygos.

Tėvystės gebėjimų ugdymo ir stiprinimo užsiėmimai. Jų tikslas – suteikti tėvams teorinių žinių apie efektyvius vaikų auklėjimo metodus bei ugdyti praktinius pozityvios tėvystės gebėjimus. Šeimos santykių institute vykstančiuose užsiėmimuose kviečiami dalyvauti visi norintieji pasisemti naujų žinių apie vaikų auklėjimą, raidos ypatumus, ieškantieji būdu pagerinti santykius su vaikais, ugdyti geriausias vaiko savybes.

Informacija: tel. (8 37) 750 935 (mob. 869823995); el. paštas: pagalba@ssinstitut.lt

KRIZIŲ PREVENCIJOS FONDAS

http://prevencija.lt/

- Dirba narkotinių ir psychoaktyviųjų medžiagų žalos mažinimo srityje.

- Siekia sumažinti su narkotikų vartojimu ir rizikinga elgsena susijusias neigiamas socialines pasekmes visuomenei ir asmeniui.
- Kaupia ir skelbia informaciją apie egzistuojančius pagalbos išteklius (reabilitaciją, AA grupes, adatų ir švirkštų keitimą, AL-ANON, detoksikaciją, dienos centrus, NA grupes, pakaitinę terapiją, prevenciją, priklausomybės ligų centrus.

- Socialinis konsultavimas ir atstovavimas (priklausomybės ligomis sergantiems asmenims ir jų artimiesiems bei kitiems suinteresuotiemis asmenims).


VAIKŲ DIENOS CENTRAI


„Gelbėkit vaikus“ vaikų dienos centrų statistika:

- 242 vaikai apsaugoti nuo patekimo į vaikų globos namus.
- 157 vaikai apsaugoti nuo smurto artimiausioje aplinkoje, pasiekta, kad ta aplinka tapo saugesnė, palankesnė vaikui, šeimoje sumažėjo smurto.
- 94 vaikai grąžinti į mokyklą – padėta išspręsti mokymosi problemas.
- 62 vaikai apsaugoti nuo įtraukimo į nusikaltimus.
Dėl vaikų dienos centrų veiklos:

- Mažėja vaikų skurdas – tėvams padėjo įsidarbinti, suteikė papildomų paslaugų.
- Gerėja vaikų psichinė ir fizinė sveikata.
- Gerėja vaikų bendravimo įgūdžiai, stiprėja pasitikėjimas savimi ir savo vertės suvokimas.
- Užkertamas kelias vaikų nepriežiūrai ir apleistumui.
- Rečiau smurtaujama arba visiškai nebesmurtuojama prieš vaikus.
- Pagerėja vaikų mokymosi motyvacija ir mokymosi rezultatai. Mokytojai pastebi, kad vaikai tapo atviresni, kūrybingesni, mandagesni, aktyvesni per pamokas.
- Vaikai ir šeimos dažniau dalyvauja bendruomenės gyvenime, kultūriniuose renginiuose, kitoje veikloje.
- Didėja tėvų atsakomybė, keičiasi auklėjimas, stiprėja vaikų ir tėvų santykiai.

VAIKŲ DIENOS CENTRŲ KONTAKTAI

VO „Gelbėkit vaikus“ vaikų dienos centras „Duok ranką“
Gitana Sadauskaitė
Mob. tel. nr. +370 601 03766
El. paštas: gitana.sadauskaite@gelbvaik.lt

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Akmenės vaikų dienos centras „Akmenėliai“
Dalia Šileikienė
Mob. tel. nr. +370 685 25847
El. paštas: akmenesvdc@gmail.com
„Gelbėkit vaikus“ Alytaus vaikų dienos centras „GALI“
Greta Kasparavičiūtė
Mob. tel. nr. +370 672 14010
El. paštas: greta.kasparaviciute@gelbvaik.lt

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Bagaslaviškio vaikų dienos centras
Nijolė Masiulienė
Mob. tel. nr. +370 621 90903
El. paštas: masiuliene.n@gmail.com

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Raguvėlės vaikų dienos centras
Regina Zorgevičienė
Mob. tel. nr. +370 650 34607
El. paštas: zorgeviciene@yahoo.com

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Druskininkų vaikų dienos centras
Nijolė Zdančiuvienė
Mob. +370 618 82369
El. paštas: nijoliukzzz@gmail.com

VšĮ Kazlų Rūdos savivaldybės vaikų dienos centras
(Kazlų Rūdos, Jankų, Bagotosios, Plutiškių vaikų dienos centrai)
Ona Birutė Paplauskienė
Mob. tel. nr. +370 616 93301
El. paštas: o.b.paplauskiene@gmail.com

VšĮ Kupiškio vaikų dienos centras
(Kupiškio, Subačiaus, Noriūnų, Adomynės vaikų dienos centrai)
Viktorija Gabriūnienė
Mob. tel. nr. +370 624 71338
El. paštas: kupiskiovdc@gmail.com
VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Marijampolės vaikų dienos centras
(Marijampolės, Patašinės, Degučių vaikų dienos centrai)
Loreta Valinčienė
Mob. tel. nr. +370 676 81049
El. paštas: valincieneloreta@gmail.com

LVTGO „Gelbėkit vaikus“ Mažeikių vaikų dienos centras
(Mažeikių, Ukrinų vaikų dienos centrai)
Irena Daubarienė
Mob. tel. nr. +370 682 13432
El. paštas: irenadaubariene53@gmail.com

VšĮ Paparčių Šv. Juozapo šeimos namų vaikų dienos centras
Rūta Kanclerytė
Mob. tel. nr. +370 683 62110
El. paštas: miciuniokas@inbox.lt

„Gelbėkit vaikus“ Pasvalio vaiku dienos centras „Visada kartu“
Jūratė Gintautienė
Mob. tel. nr. +370 601 03095
El. paštas: jurate.gintautiene@gelbvaik.lt

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Rokiškio vaikų dienos centras
(Pandėlio, „Vaivorykštės“, „Ąžuoliuko“ vaikų dienos centrai)
Anfisa Silivanova
Mob. tel. nr. +370 682 31868
El. paštas: silivanova.a@gmail.com

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Šakių vaikų dienos centras
(„Šypsenos“, „Aš mokausi augti“ vaikų dienos centrai)
Jūratė Arštikaitienė
Mob. tel. nr. +370 676 23728
El. paštas: jurajur@gmail.com
Valstybinis psichikos sveikatos centras

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Šiaulių vaikų dienos centras
Indrė Dambrauskienė
Mob. tel. nr. +370 686 94857
El. paštas: siauliuvdc@gmail.com

VšĮ Šilutės socialinių paslaugų centras
Rasa Jakienė
Mob. tel. nr. +370 616 36878
El. paštas: silutesspc@gmail.com

Širvintų vaikų dienos centras
Elena Petkūnienė
Mob. tel. nr. +370 686 91547
El. paštas: elenapetkuniene@gmail.com

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Tauragės vaikų dienos centras
Reda Šeputienė
Mob. tel. nr. +370 652 21624
El. paštas: redaseputiene@gmail.com

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Ukmergės vaikų dienos centras
Daiva Karvelienė
Mob. tel. nr. +370 670 62212
El. paštas: daiva07@gmail.com

„Gelbėkit vaikus“ Utenos vaikų dienos centras „Draugystė“
Martynas Grunevas
Tel. +370 646 57716
El. paštas: martynas.grunevas@gelbvaik.lt
VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Salininkų vaikų dienos centras „Šaltinis“
(Salininkų „Šaltinis“, Pagirių „Žingsnis po žingsnio“ vaikų dienos centrai)
Vitalija Marijona Zaleckienė
Mob. tel. nr. +370 646 03557
El. paštas: vitalija.zaleckiene@gmail.com

VšĮ „Gelbėkit vaikus“ Vilniaus Fabijoniškių vaikų dienos centras „Svajonių laivas“
Ona Sabaitienė
Mob. tel. nr. +370 682 25684
El. paštas: onute.sab@gmail.com

Vilniaus Šnipiškių vaikų dienos centras „Spindulys“
Ima Vilniškaitienė
Mob. tel. nr. +370 673 34487
El. paštas: vilnika@yahoo.com

„Gelbėkit vaikus“ Zarasų vaikų dienos centras „Draugai“
Dalia Darčanovienė
Mob. tel. nr. +370 677 46325
El. paštas: dalia.darcanoviene@gelbvaik.lt

Rekomenduojama specialistams, dirbantiems su kopriklausomais asmenimis:


Filmai, interviu, paskaitų vaizdo medžiaga

Pakalbėkime apie vaikystę, kur apie savo vaikystęs patirtis kalba daug pasiekę žmonės:
https://www.youtube.com/watch?v=Z68d6Xg_Oh0

Pakalbėkime apie tėvystę: https://www.youtube.com/watch?v=dx4Tu2wPLZQ

Daivos Žiemytės interviu Lietuvos ryto TV 2017 m. vasario mėn.
https://www.youtube.com/watch?v=d_2cvqhGUpc

Socialinės reklamos video: kaip mus mato vaikai, kai vartojame alkoholį https://www.youtube.com/watch?v=XwdUXS94yNk

Ugdymo plėtotės centro „Mokytojo TV“ tiesioginės vaizdo transliacijos http://mokytojotv.blogspot.lt/

„Vaisiaus alkoholinis sindromas – prevencija ir pagalba“ https://www.youtube.com/watch?v=ZNc_RL5Z5Vo

Kaip padėti žalingai alkoholį vartojančių šeimų vaikams https://www.youtube.com/watch?v=QKpJ6hR92us

„Kodėl nereikia alkoholio reklamos?“ https://www.youtube.com/watch?v=cPrIUSaAClc

Vaizdo seminaro „Kaip apsaugoti vaikus nuo psychoaktyviųjų medžiagų vartojimo“ II dalis https://www.youtube.com/watch?v=hkNr0yI8Klo

Tarptautinė kovos su narkomanija ir narkotikų kontradanda diena https://www.youtube.com/watch?v=mcLnJK8-84Q
LANKSTINUKAI


ATMINTINĖS


PLAKATAI


<table>
<thead>
<tr>
<th>Data</th>
<th>Pavadinimas</th>
<th>Įstaigos/organizacijos</th>
</tr>
</thead>
</table>
VPSC  
NTAKD                                                                                                                                 |
VšĮ „Psichikos sveikatos iniciatyva“                             |
| Gegužės 15 d.                            | Tarptautinė šeimos diena                                    |                                                                                                                                                      |
| Gegužės 28 d.                            | Tarptautinė moterų sveikatos gerinimo diena                 |                                                                                                                                                      |
| Birželio 1 d.                            | Tarptautinė vaikų gynimo diena                              |                                                                                                                                                      |
| Lapkričio 20-24 d.                       | Informavimo apie alkoholio žalą savaitė                     | Awareness Week on Alcohol Related Harm [http://www.awarh.eu/]  
Nacionalinė tabako ir alkoholio kontrolės koalicija [www.ntakk.lt]                      |
<table>
<thead>
<tr>
<th>Data</th>
<th>Įvykis</th>
<th>Organizacijos pavadinimas</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Rugšėjo 1 d.</td>
<td>Diena be alkoholio</td>
<td>Lietuvos psychiatrų asociacija</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Psichikos sveikatos vadybos asociacija</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Nacionalinė tabako ir alkoholio kontrolės asociacija</td>
</tr>
<tr>
<td>Rugšėjo 10 d.</td>
<td>Pasaulinė savižudybių prevencijos diena</td>
<td>VPSC Savižudybių prevencijos biuras</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>Lietuvos jaunųjų psychiatrų asociacija</td>
</tr>
<tr>
<td>Spilio 10 d.</td>
<td>Pasaulio psichikos sveikatos diena</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
| Rugšėjo 10 – spalio 10 d. | Atviros psychiatrijos mėn...                                           | Atviros psychiatrijos mėnųo [https://www.facebook.com/Atviros-psichiatrijos-m%C4%97nuo-697867910312692/]
|                  |                                                                        | VšĮ „Psichikos sveikatos iniciatyva“                                                         |
| Lapkričio 18 d.  | Pasaulinė eismo nelaimių aukų atminimo diena                          |                                                                                           |
| Lapkričio 20–26 d.| Vaiko teisių apsaugos savaitė                                         |                                                                                           |
| Lapkričio 25 d.  | Pasaulinė kovos su prievarta prieš moteris diena                        |                                                                                           |
| Gruodžio 3 d.    | Pasaulinė neįgalių žmonių diena                                       |                                                                                           |
| Gruodžio 10 d.   | Žmogaus teisių diena                                                   |                                                                                           |
Goštautaitė Midttun, N.


Informacinis leidinys švietimo ir ugdymo įstaigų (mokyklų, darželių, dienos centrų, bürelių, vaikų globos namų, bendruomenių) darbuotojams bei administracijai, medicinos ir visuomenės sveikatos specialistams, savivaldybių socialiniams darbuotojams, kitiems specialistams, dirbantiems bei teikiantiems pagalbą šeimoms, kuriose yra žalingai alkoholį vartojančių asmenų. Leidinyje aptariamos įstaigų ir darbuotojų atsakomybės ribos, pareigos bei teisinė aplinka teikiant pagalbą tokiose šeimose, kuriose yra žalingai alkoholį vartojančių asmenų. Pagalbos tikslus bei principus, kaip apie alkoholį kalbėtis su vaikais ir šeimų nariais, kaip mažinti šias problemas lydinčią stigmu, supažindina su įvairiais pagalbos būdais. Darbas su šiomis šeimomis reikalauja specialių gebėjimų bei įgūdžių, siekiant užtikrinti konfidencialumą, vaikų ir kitų šeimos narių teises, kartu užtikrinant vaiko teisę į mokslą, sveikatą ir saugumą.

Pagalba vaikams, kurių šeimos nariai alkoholį vartoja žalingai

Redaktorė Teresė Gužauskienė

Tiražas 500 egz.

Išleido:
VšĮ „Sorre"
I. Šimulionio g. 10–197, LT-04330, Vilnius
Tel. 8 5 216 9677
El. paštas sorre@sorre-sorre.com
www.sorre-sorre.com

Vilniaus psichikos sveikatos centro
Parko g. 21, LT-11205, Vilnius
Tel. 8 5 267 1811, faks. 8 5 267 0080
El. paštas info@vpsc.lt
www.vpsc.lt
PAGALBA VAIKAMS, KURIŲ ŠEIMOS NARIAI ALKOHOLĮ VARTOJA ŽALINGAI

Nijolė Goštautaitė Midttun

informacinis LEi Din Ys