

TEISĖS PAŽEIDIMŲ, ALKOHOLIO, TABAKO IR KITŲ PSICHIKĄ VEIKIANČIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMO, ŽIV/AIDS, SMURTO IR PATYČIŲ, SAVIŽUDYBIŲ, PREKYBOS ŽMONĖMIS PREVENCIJOS, GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ UGDYMO PROGRAMA 2022 METAMS

Situacijos analizė

2022 metais programa buvo integruota į mokomuosius dalykus, klasės vadovo, projektinę veiklą, neformalųjį švietimą, kultūrinę pažintinę veiklą. Sėkmingai įgyvendintas Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos tęstinis projektas „Gyvenimas gražus - nepražudyk jo“.

Sausio 11 d. mokytojai, mokiniai ir jų tėvai supažindinti kur galima gauti psichologinę pagalbą.

Sausio 20 d. mokiniai ir jų tėvai informuoti dėl 1809 – visos nemokamos emocinės pagalbos linijos viename numeryje!

Sausio 29 d. mokytojai supažindinti kaip reikia elgtis kai mato el. patyčias: REAGUOTI. FIKSUOTI. PRANEŠTI.

Vasario 8 d. mokytojai, mokiniai ir jų tėvai buvo kviečiami į prevencinį renginį „Prekyba žmonėmis vyksta. Tai yra didžiausias šiuolaikinės modernios visuomenės skaudulys“.

Vasario 9 d. mokytojai, mokiniai bei jų tėvai buvo kviečiami jungtis ir stebėti tiesioginį renginį „Kuriame saugų internetą kartu!“.

Kovo mėnesį vyko renginiai skirti Sąmoningumo didinimo mėnesiui BE PATYČIŲ. I-IV klasių mokinius kvietė dalyvauti konkurse „Praleidžiu progą pasityčioti!“.

Kovo 2 d. klasės vadovams, mokiniams buvo išsiųsta viktorina apie patyčias: <https://patyciudezute.lt/patyciu-prevencijos-viktorina/>, bei gerų emocijų virusų kalendorius.

Kovo 17 d. su mokytojais, mokiniais ir jų tėvais buvo pasidalinta vaiko teisių gynėjų sukurta patyčių prevencijai skirta vaizdo medžiaga, kuri padėjo visiems dar kartą atsakyti į klausimą, kodėl gimsta patyčios, susimąstyti apie patyčių pasekmes ir paskatino kreiptis pagalbos.

Kovo 18 d. mokinių tėvai buvo kviečiami į dviejų valandų trukmės nemokamą atvirą nuotolinį seminarą moksleivių tėvams „Ekranų atskirta karta". Seminaro metu lektoriai kalbėjo apie vaikų vienišumą ir jo pasekmes, pandemijos akivaizdoje praleidžiant vis daugiau laiko prie ekranų, dalinosi patyrimais, patarimais, išvalgomis ir rekomendacijomis, kaip padėti vaikams nesijausti vienišiams ekranų atskirtyje.

Kovo 31 d. mokinių tėvai buvo kviečiami į Vytauto Didžiojo universiteto (VDU) Socialinių mokslų fakulteto diskusijų forumą: „(Ne)įmanoma mokytis nuotoliu?!“.

Balandžio mėnesį mokiniai ir jų tėvai informuoti, kad mokiniai kviečiami pasitikrinti biologijos, matematikos bei istorijos žinias atliekant trumpuosius testus! <https://bit.ly/2QyDjXJ>

Kovo – balandžio mėn. atliko IV klasių mokinių apklausą „Stresas ir jo valdymo būdai“. Pagal apklausos duomenis dvyliktokai jautė stresą. Todėl į TAMO dienyną respondentams buvo išsiųstos žinutės su informacija kaip susidoroti su kylančiu stresu, kur gali kreiptis pagalbos.

Gegužės 5 d. klasės vadovams buvo išsiųsta susisteminta informacija: „COVID-19 sukkelto streso valdymas“, „Rekomendacijos, skirtos apsisaugoti nuo COVID-19 ir jo sukkelto streso“, „Emocinės ir psichologinės pagalbos kontaktus“, „Nemokamos psichologo konsultacijos Naujojoje Akmenėje“, „Kaip kovoti su stresu, kaip suvaldyti egzaminų stresą“.

Gegužės 11 d. IV klasių mokiniams ir jų tėvams išsiųsta informacija, kad Klaipėdos universitetas abiturientus kviečia rasti laiko pokalbiui su profesionaliu psichologu apie tai, kaip susidoroti su egzaminų stresu. Mokiniai galėjo dalyvauti 4 paskaitose: „Baimės anatomija: kaip nugalėti viešojo kalbėjimo baimę“, „Emocijų valdymas“, „Mama nepadės: suplanuok karjerą pats!“, „Kaip susidoroti su egzaminų stresu“.

Gegužės 13 d. klasės vadovams išsiųsta informacija apie birželio 8 d. 12.00 val. vykiančio seminaro mokytojams „Apie patyčias ir neapykantos kalbą internete Z ir Alfa kartai“ ir žaidimą mokiniams apie patyčias, neapykantos kalbą ir smurtą mokykloje ir šeimoje.

Birželio 2 d. IV klasių mokinių klasės vadovėms išsiųsta informacija kaip išlikti ramiems egzamino metu: <https://www.youtube.com/watch?v=wSYqgK2H9rY>, patarimai abiturientų tėvams: <https://www.youtube.com/watch?v=1FeDLCG6arY>.

Rugsėjo 2 d. socialinė pedagogė susipažino su pirmų klasių mokiniams. Informavo mokinius apie pagalbos suteikimo galimybes, su taisyklių laikymosi būtinybe.

Rugsėjo 7 d. išsiuntė informaciją mokyklos mokytojams apie nemokamus mokymus:

- ✓ <https://reaguok.vma.lm.lt>
- ✓ <https://sskc.mokymuportalas.lt/>

E. mokymai, skirti didinti psichikos sveikatos raštingumą mokyklos darbuotojams.

Rugsėjo 20 d. anonimiškai apklausė IA klasės mokinius.

Rugsėjo 20 d. suorganizavo psichologės M. Motiejūnės užsiėmimus „Savęs pažinimas ir motyvavimas sėkmei“ IA, IB klasės mokiniams.

Spalio 11 d. išsiųsta informacija mokiniams ir mokytojams, kad dvi spalio mėnesio savaites mokinius, mokytojus ir visus norinčius kviečia dalyvauti Europos kibernetinio saugumo proga organizuojamose kibernetinio saugumo viktorinose, kurias pristato šių metų akcijos partnerė – ESET antivirusinė apsauga.

<https://www.eset.com/lt/apie/naujienos/straipsniai/pranesimai-spaudai/kvieciame-dalyvauti-kibernetinio-saugumo-viktorinose/>

Spalio 19 d. VšĮ Psichologinės sveikatos centro psichologė M. Motiejūnė supažindino Ramučių gimnazijos I-IV klasių mokinius su elektroninių cigarečių žala, mitais, reklamoje naudojamais poveikio metodais bei būdais, kurie padeda atsilaikyti prieš bendraamžių spaudimą rūkyti. Lektorė susitikimo metu taip pat dalinosi rekomendacijomis, kurios turėtų padėti rūkantiems mokiniams atsisakyti šio žalingo įpročio.

Spalio 20 d. socialinė pedagogė anonimiškai apklausė I klasių mokinius: „Mokinių adaptacija“, „Mokinių požiūris į žalingus įpročius“.

Spalio 22 d. mokinių tėvams išsiųsta informacija apie žalingų įpročių žalą organizmui, pasidalinta nuoroda į prevencinę paskaitą „Žalingi paauglio įpročiai. Kaip uždrausti nedraudžiant arba kaip draudžiant nepaskatinti?“ <https://www.youtube.com/watch?v=N5DKWfqYCzk>

Lapkričio 17 d. mokinių tėvams išsiųsta žinutė: „visiems tėvams kartais reikia pasitarti dėl vaikų ir paauglių elgesio, savijautos ar tarpusavio santykių. Vaikai ir paaugliai dažnai ką nors iškrečia, ne visuomet pavyksta su jais susikalbėti ar suprasti elgesio priežastis. Neretai suaugusieji nežino, kaip reaguoti ar nusiraminti, jaučiasi blogais tėvais... Paskambinkite nemokamu numeriu [8 800 900 12](tel:80090012), darbo dienomis 9-13 val. ir 17-21 val. Daugiau informacijos – www.tevulinija.lt

Lapkričio 18 d. su mokinių taryba vykdė tarptautinės nerūkymo dienos akciją.

Lapkričio 25 d. mokytojai, mokiniai ir jų tėvai dalyvavo baziniuose savižudybės prevencijos mokymuose. Lapkričio 25 d. klasių vadovus informavo, kad Nacionalinė švietimo agentūra tęsia registraciją į nemokamus nuotolinius savitarpio pagalbos grupių organizavimo mokymus, skirtus bendrojo ugdymo mokyklų 5-12 klasių vadovams.

Gruodžio 2 d. mokytojams ir II – IV klasių mokiniams išsiųstas kvietimas dalyvauti gruodžio 6-8 dienomis Vytauto Didžiojo universiteto Psichologijos katedros organizuojamoje nuotolinėje konferencijoje visos Lietuvos moksleiviams ir mokytojams.

Gruodžio 13 d. įvykus gimnazijoje smurtiniam įvykiui, mokiniams išsiųsta informacija kur galima kreiptis pagalbos jei „susidūrei su sunkumais, nesutari su draugais, tėvais ar mokytojais, patiri prievartą, patyčias, jautiesi vienišas ar nori su kuo nors pasitarti“.

Gruodžio 14 d. mokinių tėvams išsiųstas kvietimas dalyvauti konferencijoje „Tėvai pasikeitusiame pasaulyje: kaip nepamesti savęs ir suprasti vaikus“. „Paramos vaikams centro ir Vilniaus universiteto psichologai kalbės apie tai, ką vaikai/paaugliai išgyvena pandemijos metu, kaip tai gali keisti jų elgesį ir kada suaugusiems reikėtų susirūpinti. Sužinosite, kodėl vaikų/paauglių tarpe daugėja įvairių priklausomybių ir kaip jiems padėti. Taip pat, kodėl tėvams reikėtų nepamiršti pasirūpinti savimi ir kas padeda palaikyti emocinę pusiausvyrą šeimoje“. Socialinio pedagogo teikiama socialinės pedagoginės pagalbos gavėjų registracijos žurnale šiuo laikotarpiu 2625 įrašai. Socialinė pedagogė mokiniams, jų tėvams (globėjams, rūpintojams) padėjo spręsti problemas, susijusias su įvairiais vaikams kylančiais sunkumais. Daugiausia spręsta problemų dėl mokinių vengimo lankyti pamokas, mažiau dėl netinkamo elgesio gimnazijoje, žalingų įpročių vartojimo, nemokamo maitinimo, pavėžėjimo, smurto ir priekabiavimo, socialinių įgūdžių stokos. Vienai mokiniai vykdė minimalios priežiūros priemones. Aštuoniems specialiųjų poreikių vaikams teikė socialinę pedagoginę pagalbą. Gimnazijoje prižiūrėjo mokymosi sunkumus patiriančius mokinius, kurie mokėsi iš mokyklos nuotoliniu būdu. Rūpinosi, kad Naujosios Akmenės Ramučių gimnazijos bendruomenei būtų svarbu pagarba žmogui, supratingumas, o mokiniams ypač geros sąlygos išreikšti save, tobulėti, puikiai mokytis ir jaustis saugiam. Gimnazijos bendruomenę apie įvykusius renginius straipsneliais informuodavo Naujosios Akmenės Ramučių gimnazijos tinklapyje.

Preveninės veiklos prioritetai:

Žalingų įpročių (alkoholio, rūkymo, narkotikų) prevencija.

Prekybos žmonėmis, teisės pažeidimų prevencija.

Smurto ir patyčių prevencija.

ŽIV/AIDS, savižudybių prevencija.

Tikslas: Ugdyti atsakingą, savarankišką, motyvuotą sveikai gyventi, žalingiems įpročiams atsparią asmenybę, kurti draugišką ir saugią aplinką visiems gimnazijos bendruomenės nariams.

Uždaviniai:

Suteikti informacijos apie neigiamą alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo poveikį žmogaus sveikatai, formuoti sveikos gyvensenos nuostatas;

Suteikti mokiniams reikiamų žinių apie emocinį, seksualinį, fizinį smurtą, krizes;

Stiprinti mokinių savigarbą ir pasitikėjimą savimi.

Ugdyti kritinį mąstymą, atsakomybę už savo veiksmus ir elgesį;

Dirbti su linkusiais smurtauti bei smurtą, patyčias patiriančiais mokiniais, teikti jiems pagalbą;

Skatinti dalyvauti mokinius gimnazijos renginiuose, neformaliojo ugdymo veikloje, parodyti, kad galima įdomiai ir turiningai leisti laisvalaikį ir be žalingų įpročių;

Stiprinti tarpinstitucinį bendradarbiavimą, skleidžiant informaciją mokiniams.

Laukiami rezultatai:

1. Bus sukurta saugi atmosfera gimnazijoje.
2. Sumažės mokinių agresyvus elgesys.
3. Mokiniam bus suteikta žinių apie galimybę gauti pagalbą nukentėjus nuo smurto, bus ugdomi tinkamo bendravimo ir problemų sprendimo įgūdžiai.
4. Mokiniai gaus informacijos tiek, kad sustiprės mokinių motyvacija gyventi sveiką gyvenimą.
5. Mokiniai įgis žinių apie krizes, jų įveikimo būdus, kur ieškoti pagalbos.

Renginio pavadinimas	Data	Dalyviai (klasės)	Vykdytojas
Projektai			
„Gyvenimas gražus – nepražudyk jo“.	2022 m.	I–IV	L. Dauparienė
Specialistų lankymasis gimnazijoje			
Individualios psichologo konsultacijos mokiniams.	2022 m. esant poreikiui	I–IV	Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro, Akmenės rajono savivaldybės pedagoginės psichologinės tarnybos psichologai
Prevencinis renginys „Prekyba žmonėmis vyksta. Tai yra didžiausias šiuolaikinės modernios visuomenės skaudulys“.	2022m.	Mokytojai, mokiniai ir jų tėvai	Kovos su prekyba žmonėmis ir išnaudojimu centro specialistai NUOTOLIU
„Kuriame saugų internetą kartu!“	2022 m.	Mokytojai, mokiniai ir jų tėvai	L. Dauparienė NUOTOLIU
Kultūros paso prevenciniai renginiai	2022m.	Mokytojai, mokinių tėvai	Ekranų atskiros kartos lektoriai
Susistemintos informacijos: „COVID-19 sukulto streso valdymas“, „Rekomendacijos, skirtos apsisaugoti nuo COVID-19 ir jo sukulto streso“, „Emocinės ir psichologinės pagalbos kontaktus“, „Nemokamos psichologo	2022-04 mėn.	I-IV	L. Dauparienė

Renginio pavadinimas	Data	Dalyviai (klasės)	Vykdytojas
konsultacijos Naujojoje Akmenėje“, „Kaip kovoti su stresu, kaip suvaldyti egzaminų stresą“ viešinimas TAMO žurnale.			
„Savęs pažinimas ir motyvavimas sėkmei“.	2022-09 mėn.	I	Psichologė M. Griškė
Tarptautinė nerūkymo dienos akcija.	2022-11 mėn.	I-IV	Pagalbos specialistai
Baziniai savižudybės prevencijos mokymai.	2022-11 mėn.	Mokytojai, mokiniai ir jų tėvai	Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro psichologė
Bendrieji renginiai			
Olweus programos kokybės užtikrinimo sistema – OPKUS .	2022 m.	I-IV	Klasių vadovai, mokymosi ir supervizijų grupės, koordinacinis komitetas
OPKUS klasės valandėlės patyčių prevencijai.	2022 m.	I-IV	Klasių vadovai
Sąmoningumo didinimo mėnuo BE PATYČIŲ. Konkursas „Praleidžiu progą pasityčioti!“.	2022-03 mėn.	I-IV	Vaiko gerovės komisija, Vaikų linija
AIDS protmūšis.	2022-12 mėn.	I	S. Dacytė
Mokslinė, tiriamoji veikla.	2022 m.	I-IV	S. Dacytė, V. Šepkauskienė
Tiriamoji veikla			
„Kaip sekasi pirmokui?“.	2022-09 mėn.	I	L. Dauparienė
„Žalingi įpročiai“.	2022-11 mėn.	I	L. Dauparienė
„Pirmų klasės mokinių adaptacijos gimnazijoje tyrimas“.	2022-11 mėn.	I	L. Dauparienė
OPKUS patyčių apklausa.	2021-11 mėn.	I-II	Instruktorė A. Buzienė