

**UGDYMO GRUPĖS METINĖ ATASKAITA
2023-2024**

UGDYMO GRUPĖS PLANAS 2023-2024

Veiklos sritys	Darbų planas 2023-2024 m.
Prisidėti idėjomis ir pagalba siekiant VJG strateginio veiklos prioriteto - KOKYBIŠKO VISUMINIO UGDYMO.	<i>1. VJG mokinių praleistų pamokų pateisinimo tvarkos peržiūra, sulyginimas su ŠMSM išleista tvarka ir jos koregavimas pagal poreikį. Terminas – iki 10.19 d.</i>
Pagalba administracijai siekiant ugdyti bendruomenės skaitmeninį raštingumą, išnaudoti audiovizualinių medijų centro bei bibliotekos galimybes formaliojo ir neformaliojo ugdymo procese.	<i>2. Darbas su psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencija: - švietimas, sąmoningumo didinimas (akcentas – tėvų įtraukimas); - teisinė aplinka (teisės aktų projektų inicijavimas/palaikymas); - mokinių užimtumo didinimas (pagal galimybes); - bendravimas su suinteresuotomis šalimis, kitų gimnazijų tėvais, žiniasklaida ir pan. - tarptautinės patirties analizė ir t.t.</i>
Abipusio ryšio tarp mokytojų/administracijos bei mokinių/tėvų įvairiais ugdymo klausimais palaikymas.	
Paskaitų, renginių, išvykų mokiniams ir tėvams ir mokytojams inicijavimas.	
Pagalba administracijai įvairiais organizaciniais ugdymo klausimais.	

TEISINĖ APLINKA

Tikslas – teisės aktų/projektų inicijavimas/palaikymas.

Seime 2023 m. gruodžio mėn. pabaigoje buvo priimti 3 mums aktualūs įstatymai:

12 19 d. Tabako, tabako gaminių ir su jais susijusių gaminių kontrolės įstatymo pataisos, kuriomis užtikrinamas draudimas teikti rinkai el.cigaretės ir jų pildykles, turinčias pridėtinio kvapo ar skonio;

12 21 d. Kitos pataisos, kuriomis uždrausta pateikti rinkai el. cigaretės ir jų pildykles su skysčiu jei jame bus cukraus ar saldiklių ir pataisos, kuriomis sugriežtinta atsakomybė už rūkalų (įskaitant el. cigaretės ir/ar jų pildykles) pardavimą ar kitokį realizavimą nepilnamečiams.

Mūsų indėlis – daug neformaliai bendrauta su seimo nariais, projektų autoriais, diskutuota apie el. cigarečių žalą, sektas visas svarstomų įstatymų procesas, pateiktas prašymas SRK suteikti galimybę dalyvauti jų posėdyje svarstant du iš trijų projektų ir pateiktas su tuo susijęs raštas, po to parašyti du kreipimaisi į seimo narius prieš minimų projektų priėmimo procedūrą seime.

ŽINIASKLAIDA

Komunikacijos tikslas - skatinti tėvus diskutuoti „nepatogia tema apie psichoaktyvių medžiagų vartojimą vaikų tarpe“, didinti tėvų sąmoningumą ir įtrauktį, siekiant stiprinti prevenciją.

Sudalyvauta E. Jakilaičio laidoje "Dėmesio centre", TV3 (10.02 19.30val), pristatyta VJG tėvų komiteto pozicija dėl psichoaktyvių medžiagų vartojimo mažinimo ir prevencijos.

Sudalyvauta laidoje „Valanda su Rūta“, LNK (11.10). Diskusija apie psichoaktyvių medžiagų vartojimą vaikų tarpe.

Straipsnis Savaitėje Nr. 49, 2023 gruodžio 7 d. Ramutė Šulcienė.

VRM PILOTINIS PROJEKTAS

VJG buvo pakviesta dalyvauti VRM inicijuojamame “Nepilnamečių narkotikų vartojimo ir platinimo prevencijos mokyklose pilotinio modelio įgyvendinimo projekte”.

Projekto tikslas – sukurti ir patikrinti narkotikų vartojimo ir platinimo prevencijos mokyklose mechanizmą, skirtą mokinių saugumui ugdymo įstaigose didinti, aplinkai, nepalankiai, netolerantiškai ir atspariai teisės pažeidimams, formuoti ir prielaidoms elgesio keitimui sudaryti.

Projektas buvo įgyvendinamas vadovaujantis Islandiškojo psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijos modeliu „Planet Youth“ nuostatomis ir principais.

Projekte dalyvavo Vilniaus miesto savivaldybės administracijos, Vilniaus visuomenės sveikatos biuro ir Vilniaus apskrities vyriausiojo komisariato atstovai bei gimnazijos administracijos, mokytojų, švietimo pagalbos specialistų, mokinių bei tėvų atstovai.

Projektą koordinavo Vilniaus miesto Vicemerė Simonas Bieliūnė.

Projektas įgyvendinamas Vilniaus ir Alytaus miestų bei Klaipėdos rajono bendrojo ugdymo įstaigose.

Projekto trukmė 2023 m. lapkričio mėn.– 2024 m. gegužės mėn.

PROJEKTO PLANAS

Nr.	Projekto veikla	Įgyvendinimo laikas
1.	Projekto idėjos ir „Planet Youth“ tyrimo rezultatų pristatymas mokyklos bendruomenei (mokiniams, jų tėvams, administracijai, mokytojams, švietimo pagalbos specialistams).	2023 m. lapkritis
2.	Mokyklos aplinkos ir jų prieigų saugumo vertinimas pagal klausimyną ir rezultatų pristatymas.	2023 m. lapkritis
3.	Teminiai susitikimai su mokyklos bendruomene dėl Psichoaktyvių medžiagų vartojimo atpažinimo ir reagavimo, veiksmų algoritmo įvertinimo ir atnaujinimo.	2023 m. gruodis – 2024 m. vasaris
4.	Teminiai susitikimai su mokyklos bendruomene dėl „Planet Youth“ tyrimo duomenimis pagrįsto, psichoaktyvių medžiagų vartojimo ir platinimo prevencijos plano parengimo.	2023 m. gruodis – 2024 m. sausis
5.	Teminiai susitikimai su mokyklos bendruomene dėl saugumo mokykloje gerinimo ir konkrečių priemonių diegimo.	2023 m. gruodis – 2024 m. sausis
6.	Psichoaktyvių medžiagų vartojimo ir platinimo prevencijos plano ir saugumo priemonių įgyvendinimas.	2024 m. vasaris– gegužė
7.	Projekto rezultatų vertinimas ir pristatymas	2024 m. birželis

Vasario 28 d. šio projekto rėmuose Vilniaus savivaldybė kartu su Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentu organizavo paskaitą/diskusiją „Naujos psichoaktyviosios medžiagos: ką turime žinoti?“. Pranešėja: **Rasa Povilanskienė**, Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamento, Narkotikų ir jų prekursorių kontrolės skyriaus patarėja.

Vasario 29 d. šio projekto rėmuose Vilniaus savivaldybė kartu su VJG organizavo paskaitą 5-12 klasių mokinių tėvams „Kaip kalbėti su vaikais apie psichoaktyvias medžiagas?“. Pranešėjos - Vilniaus m. vicemerė, edukologijos mokslų daktarė **Simona Bieliūnė** ir Visuomenės sveikatos biuro koordinatore projektams **Emilija Gaidytė**. Paskaitos turinys: lektorės pateikė rekomendacijas kaip pasiruošti, tęsti ir baigti pokalbį su vaiku, kalbant apie psichoaktyvias medžiagas. Taip pat, kaip reaguoti ir išlaikyti artimą ryšį, sužinojus, kad vaikas jau yra eksperimentavęs psichoaktyviosiomis medžiagomis; „Teisinė atsakomybė vartojant ir platinant psichoaktyvias medžiagas. Tėvų (globėjų, rūpintojų) vaidmuo“. Pranešėjas - Vilniaus apskrities vyriausiojo policijos komisariato bendruomenės pareigūnas Vaidas Maziliauskas.

Balandžio 9 d. šio projekto rėmuose Vilniaus savivaldybė kartu su VJG organizavo mokymus 5-12 klasių mokinių tėvams „Tėvų vaidmens svarba prevencijoje“. Mokymų tikslas – motyvuoti gimnazijos bendruomenės tėvus įsitraukti į jaunimo psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevenciją. Mokymus vedė „Planet Youth“ modelio prevencijos ekspertė **Margaret Lilja Gudmundsdottir**, turinti ilgametę tarptautinę patirtį, įgyvendinant modelį Islandijoje ir dirbant su tėvais bei mokyklos bendruomenėmis. Lektorė pristatė tėvų svarbą ir jų įtaką vaiko gyvenime, dalinosi praktiniais patarimais, kaip sustiprinti tarpusavio santykį.

VJG organizuojamų paskaitų ciklas tėvams prioritetinėje gimnazijos srityje - plėsti vaikų, mokytojų, tėvų žinias ir sąmoningumą psichoaktyvių medžiagų vartojimo srityje, stiprinti prevenciją.

Per mokslo metus 5-12 klasių mokinių tėvai buvo pakviesti į **10 paskaitų**, kuriose aptarti įvairūs psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijos aspektai – psichoaktyvių medžiagų sukeliama rizika, sveikatos ir elgesio sutrikimai, teisinė atsakomybė šias medžiagas vartojant ir platinant, pagalbos galimybės, tarpusavio santykių su tėvais svarba vaiko gyvenime, draugų įtaka ir psichologinio atsparumo ugdymas.

Spalio 17 d. 8 klasių mokinių tėvai dalyvavo psichologo **Liudo V. Sinkevičiaus** paskaitoje "Nepilnamečių psichoaktyvių medžiagų vartojimas ir jų keliamos rizikos valdymas". Paskaitos metu pranešėjas pristatė: Kokios grėsmės būdingos šiame amžiaus tarpsnyje; Grėsmių atpažinimo būdai; Moksliškai pagrįstą informaciją, kokias ilgalaikes pasekmes sukelia psichoaktyvių medžiagų vartojimas; Praktinius pokalbių su vaikais valdymo metodus; Ką galime padaryti mes, tėvai/ rūpintojai/ globėjai.

Paskaitos lektorius Liudas V. Sinkevičius - psichologijos mokslo krypties doktorantas, besispecializuojantis priklausomybės ligų, neuropsichologijos bei asmenybės psichopatologijų, neigiamų vaikystės patirčių tematikose. Visa dėstoma informacija paremta moksliniais šaltiniais, problematika nagrinėjama naujaisiu – biopsichosocialiniu požiūriu, kuris skatina pažvelgti ne tik mediciniškai, bet ir plačiau, suprantant vaiko psichikos veikimą, socialinės aplinkos bei tėvų aktyvaus dalyvavimo vaiko gyvenime svarbą.

Lapkričio 29-30 d. 6, 7, 8 klasių mokinių tėvai dalyvavo prokurorės **Valentinos Strokinienės** ir kolegų paskaitoje „Kaip nepilnamečiui išvengti susidūrimo su teisėsauga: realiai gresiančios pasekmės“. Pranešėja pasidalino praktika į kokius nusikaltimus dažniausiai patenka nepilnamečiai, neretai nesuprasdami, kad jų veiksmai yra nusikaltimas arba tikėdami, kad dėl nepilnametystės jiems pavyks išvengti atsakomybės .

Lapkričio 29-30 d. I, III klasių mokinių tėvai dalyvavo Respublikinio priklausomybių ligų centro Vaikų ir jaunimo reabilitacijos skyriaus vedėjos **dr. Giedrės Misiūnienės** paskaitoje "Paauglių priklausomybė psichoaktyviosioms medžiagoms: šiandienos aktualijos ir svarbiausi aspektai". Dr. G. Misiūnienė yra Respublikinio priklausomybių ligų centro Vaikų ir jaunimo reabilitacijos skyriaus vedėja, Vytauto Didžiojo universiteto Švietimo akademijos lektorė, Vilniaus m. sav. Vaiko gerovės komisijos narė. Paskaitoje buvo kalbėta apie psichoaktyvias medžiagas, kurios veikia jauno žmogaus psichiką ir sukelia elgesio bei sveikatos sutrikimus. Lektorė pasidalino praktine patirtimi apie daromą poveikį centrinės nervų sistemos veiklai ir sukeliamus ne tik elgesio, bet ir suvokimo, mąstymo, nuotaikos, emocinės būsenos pokyčius. Aptarta, kaip atpažinti ir tinkamai reaguoti susidūrus su netinkamu vaiko elgesiu; kokie naujų priklausomybių diagnostiniai parametrai, kokios pagalbos ir gydymo galimybės Lietuvoje.

Kovo 19 d. vyko praktinis seminaras 4 kl. (pradinės) tėvams, skirtas aptarti vaikų ir tėvų tarpusavio santykių stiprinimo svarbą ir būdus, abipusio bendradarbiavimo stiprinimą, susitarimų, ribų bei taisyklių supratimą ir susitarimo būdus. Praktinis patyriminis seminaras skirtas tėvams, norintiems labiau suprasti savo vaikų poreikius ir kaip juos atliepti išlaikant saugius ir draugiškus santykius. Užsiėmimą vedė „Paramos vaikams centro“ psichologė **Jūratė Baltuškienė**.

Balandžio 18 d. vyko Paramos vaikams centro įkūrėjos ir vadovės, psichologės, vaikų ir paauglių psichoanalitinės psichoterapeutės **Aušros Kurienės** paskaita „Ką svarbu žinoti apie psichologinį atsparumą“, skirta 5-ų klasių mokinių tėvams. Lektorė - ypač gerai vertinama specialistė, profesinę veiklą vystanti jau apie 40 metų. Kartu su kolegomis įgyvendino programą „Big Brother Big Sisters“ Lietuvoje, smurto prieš vaikus prevencijos ir intervencijos programas "Vaikystė be smurto", socialines akcijas „Išgirsk. Pamatyk. Pasakyk“, „Blogas prisilietimas“, „Nustokime barti, pradėkime girti“ ir kt., tėvystės įgūdžių mokymo programas, vaikų ir paauglių psichologinių krizių prevencijos programas. Psichoterapeutė Aušra Kurienė papasakojo apie bendravimo ribas, atsparumą, draugų įtaką, kontekste paliečiant ir psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevenciją.

Balandžio 25 d. 5-12 klasių mokinių tėvai dalyvavo psichologo **Liudo V. Sinkevičiaus** paskaitoje "Nepilnamečių psichoaktyvių medžiagų vartojimas ir jų keliamos rizikos valdymas". Paskaitos metu pranešėjas pristatė: Kokios grėsmės būdingos šiame amžiaus tarpsnyje; Grėsmių atpažinimo būdai; Moksliškai pagrįstą informaciją, kokias ilgalaikes pasekmes sukelia psichoaktyvių medžiagų vartojimas; Praktinius pokalbių su vaikais valdymo metodus; Ką galime padaryti mes, tėvai/ rūpintojai/ globėjai.

Paskaitos lektorius Liudas V. Sinkevičius - psichologijos mokslo krypties doktorantas, besispecializuojantis priklausomybės ligų, neuropsichologijos bei asmenybės psichopatologijų, neigiamų vaikystės patirčių tematikose. Visa dėstoma informacija paremta moksliniais šaltiniais, problematika nagrinėjama naujaisiu – biopsichosocialiniu požiūriu, kuris skatina pažvelgti ne tik mediciniškai, bet ir plačiau, suprantant vaiko psichikos veikimą, socialinės aplinkos bei tėvų aktyvaus dalyvavimo vaiko gyvenime svarbą.

Gegužės 9 d. vyko Respublikinio priklausomybės ligų centro Ambulatorinio skyriaus vedėjo, Klinikinės toksikologijos gydytojo **Hario Jakavičiaus** paskaita "Psichoaktyvios medžiagos - ar verta?", skirta visiems 5-12 klasių mokinių tėvams. Paskaitoje lektorius pateikė informaciją apie pagrindines psichoaktyvių medžiagų grupes, kaip organizmą veikia skirtingos narkotinės medžiagos, kaip atpažinti vartojantį paauglį, kokios yra pagalbos galimybės.

Tėvų atsiliepimai

„Noriu pasidžiaugti puikiai pavykusi seminaru – visi tėvai susirinko, lektorė nuostabi, visiems tėvams tikrai labai patiko, net ir tiems, kurie sakė, kad prieš tai šiek tiek abejojo. Ačiū, tikrai buvo labai naudinga! „ (4 kl.)

„Noriu padėkoti VJG tėvų komitetui už galimybę dalyvauti paskaitoje. Charizmatiškos lektorės pasakojimas, dalijimasis savo patirtimi buvo labai įdomus, įtraukus ir, svarbiausia, naudingas. Labai norėtūsi, kad kuo daugiau tėvų dalyvautų tokiuose renginiuose, diskutuotų ir dalintųsi tokia informacija tėvelių bendruomenėse.“ (5-12 kl.)

„Dėkoju VJG tėvų komiteto ugdymo grupei už Aušros Kurienės paskaitą. Ji labiausiai atliepė mano, kaip mamos poreikį - stiprino mano mamos kompetencijas puoselėjant ryšį su vaiku, kas ir yra pamatas sprendžiant sudėtingas situacijas, tokias kaip psichotropinių medžiagų vartojimas. Dalyvavau prokurorės paskaitoje ir islandės paskaitoje. Šios dvi paskaitos kėlė dvejopų minčių, nors ir buvo naudingos.“(5-12 kl.)

„Ačiū, superinė paskaita, prasmingai praleistas laikas, profesionali lektorė, galima drąsiai daryti paskaitų ciklą su p. Kuriene!“ (5-12 kl.)

„Sveiki, 5-tokų tėvai, esu 5b VJG klasės berniuko mama. Kreipiuosi su kvietimu gerąsias prevencines praktikas pritaikyti visai JVG 5-tokų kartai. Po neseniai vykusios islandės paskaitos apie jaunimo psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo (ir ekranų vartojimo) prevenciją nemažai 5b tėvų įvardijo, kad yra poreikis 5b tėvams turėti bendrus susitarimus, kad negautume į veidą "Aš vienintelis(-ė), kuriam negalima...(pvz.) naudotis ekranais neribotai." ir daryti prevencinius veiksmus, kad išvengtume įvairių priklausomybių ateityje, pasiremiant geriausiomis Islandijos praktikomis ir Lietuvos psichikos sveikatos specialistų patarimais. Taip pat tai mažins vaikų frustraciją, pyktį ir konfliktavimą dėl ribų. Jūsų įsitraukimas galės būti nuo minimalaus iki didelio, pagal jūsų norus. Pvz., pasidalinti susitarimų sąrašu, kurį išdiskutavo 5b tėvai (5b planuojame daryti tai online balandžio 22 d.). Ar gal norėsite inicijuoti diskusiją savo klasėje.“

MOKINIŲ KLUBAI

(*mokinių užimtumo didinimas*)

1. Parengti VJG mokinių klubų nuostatai.

2. Veiklą pradėjo ir veikia 6 mokinių klubai:

- Astronomijos klubas;
- Politikos klubas;
- Chemijos klubas;
- Knygų klubas;
- DnD klubas;
- DJ klubas.

3. Klubų veikloje dalyvauja 35 moksleiviai.

4. TK narys mentoriauja visų klubų atstovams.

4. Vyko klubų vadovų, mentorių ir VJG mokinių parlamento prezidento Jurgio Kemeklio susitikimai, kuriuose aptarta klubų veikla, uždaviniai ir siekiami tikslai.

5. Gegužės mėn. planuojama mokinių apklausa. Po apklausos paruošti naujienlaiškį tėvams su klubų idėjos pristatymu, kviesti tėvus tapti mentoriais. Birželio 8 d. planuojamas paskutinis susitikimas.

6. Rugsėjo mėn planuojama VJG klubų mugė, kurios metu bus pristatyta klubų veikla.

Kitų metų uždaviniai:

1. Idėjos ir komunikacijos žinutės išgryninimas (kas yra klubai? kokie jų tikslai?);
2. Klubų veiklos planas;
3. Potencialių naujų klubų įkūrimas (Efektyvios komunikacijos, žurnalistikos, socialinių iniciatyvų veikla, mados, meno ir kūrybos);
4. Rasti chemijos, DnD ir DJ klubams bei kitiems naujiems klubams mentorius iš tėvų bendruomenės;
5. Teikti pagalbą klubų veiklai:
 - vykdyti periodinius susitikimus su klubų vadovais ir mentoriais, dalintis idėjomis;
 - vykdyti klubų veiklos viešinimą kiekvienos klasės bendruomenėje;
 - pristatyti klubų veiklą tėvų susirinkimuose prieš 09.01;
6. Klubų biudžetų sukūrimas. Klubo veiklai per mėn. reikia apie 50-100 Eur. Tikslas – sukurti finansinės paramos klubams pritraukimo modelį (tėvų bendruomenės indėlis, kt.);
7. Paskelbti visą informaciją apie klubų veiklą mokslo metų pradžioje;
8. Metų pabaigoje VJG klubų bendra išvyka ar renginys, įtraukiant visus norinčius moksleivius.

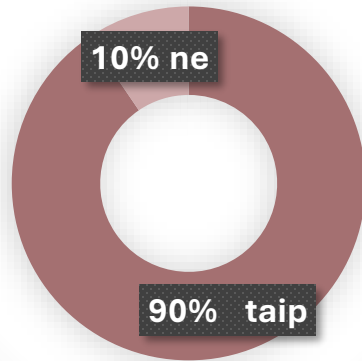
Kita

- Turime paruošę santraupas/analizes iš 36-ių straipsnių/tyrimų/statistikų apie psichoaktyvių medžiagų vartojimą vaikų tarpe. Šią informaciją galima naudoti švietimo ir informacijos sklaidos tikslais.
- VJG buvo pastatyti testiniai el.cigarečių detektoriai.
- Atlikta VJG organizuotų paskaitų tėvams apklausa.
- Sukurta neformali, nepriklausoma, bendrų tikslų siekianti, mokyklų tėvų atstovų grupė. Kurioje dalyvauja tėvų atstovai iš: Žvėryno gimnazijos, Gabijos gimnazijos, Vilniaus rajono Buivydiškių pagrindinės mokyklos, Mykolo Biržiškos gimnazijos, Žirmūnų gimnazijos, Vilniaus Licėjaus, Vileišio, Užupio, Baltupių, Čiurlionio menų gimnazijos. Grupės tikslas – dalintis informacija bei gerąją praktika, kartu inicijuoti procesus siekiant spręsti švietimo ir kt. klausimus.

Apibendrinti paskaitų tėvams apklausos rezultatai

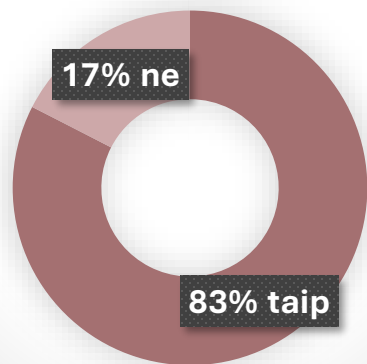
Kokios informacijos jums pritrūko?

Ar pateiktas paskaitos turinys jums buvo naudingas?

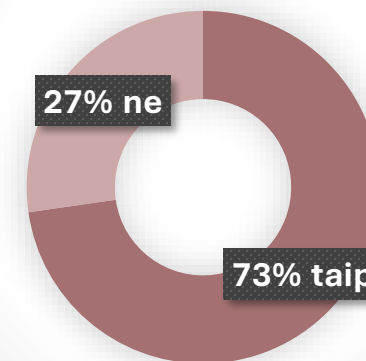


- Apie psichoaktyvių medžiagų rūšis ir prieinamumą vaikams.
- Apie požymius, iš kurių galima spręsti, kad galbūt vaikas vartoja.
- Daugiau norėjosi moksliskai pagrįstos informacijos apie pokyčius smegenyse.
- Galinčių padėti specialistų, įstaigų kontaktų.
- Suradus psichoaktyvių medžiagų, kaip čia ir dabar komunikuoti su paaugliu?
- Trūko informacijos apie tai, kaip dirbama su vaikais, įtrauktais į nusikalstamas veiklas, kaip išvengti nusikalsti linkusių kompanijų, į ką realiai kreiptis vaikui, kurio pažįstamas gali būti įsivėlęs į nusikalstamas veiklas?
- Ar nuėjimas į policiją dėl įgytų svaiginančių medžiagų nepaliks "jrašo", kuris ateityje vaikui norint rinktis tokias profesijas kaip, kariuomenė, aviacija, saugumas - netaps kliūtimi?
- Plačiau apie procesus, kurie būna, jeigu vaikas visgi padaro nusikalstamą veiklą.
- Kaip saugomas pranešusio asmens apie veiklą, susijusią su psichoaktyviomis medžiagomis, saugumas, konfidencialumas, kaip užtikrinama, kad paauglys nenukentėtų nuo bendraamžių, kokia sisteminė/kompleksinė pagalba jam/šeimai teikiama, nes nėra lengva „iškristi“ iš draugų grupės, paauglys gali patirti daug psichologinių sunkumų.
- Reikia informacijos kur kreiptis tėvams, kurie susiduria su problematiškais vaikais? Kokie centrai konsultuoja individualiai susidūrus su problemomis (kai vaikas rūko, vartoja psichoaktyvias medžiagas)?
- Praktinių, labai konkrečių patarimų tėvams, kaip elgtis, kad gebėtume nors kiek suvaldyti aštrėjančią psichoaktyvių medžiagų vartojimo situaciją.

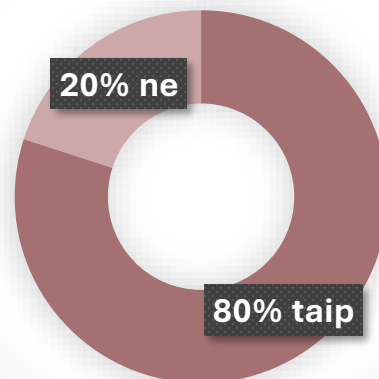
Ar po paskaitos kalbėjote šeimoje su vaiku aptariant išgirstą informaciją?



Ar rekomenduotumėte šią paskaitą kitų klasių tėvams?



Paskaitą vedė kompetentingas lektorius



Kokių dar veiksmų, tėvų bendruomenė kartu su gimnazijos administracija galėtų imtis, siekiant stiprinti prevenciją psichoaktyvių medžiagų vartojimo srityje? Prašome pateikti savo siūlymų?

- Paskaitos, diskusijos, veiklų ir bendruomeniškumo skatinimas.
- Šviesti vaikus, mokytojus ir tėvus tokiomis temomis, privalomomis paskaitomis.
- Edukacija ir stebėjimo sistemos diegimas gimnazijos patalpose ir teritorijoje.
- Dažniau atlikti vaikų daiktų (ne tik spintelių, bet ir kuprinių), wc patalpų patikrinimus be įspėjimo ir imtis realių sankcijų tais atvejais, kai randama psichoaktyvių medžiagų.
- Rengti paskaitas ir jaunesnių klasių vaikams, pokalbiai šeimose su vaikais.
- Organizuoti vaikų užimtumą po pamokų, dalyvauti veiklose kartu, kad kuo daugiau tėvai matytų savo vaikus bendraamžių aplinkoje.
- Periodiškai rengti trumpas paskaitas apie psichoaktyvių medžiagų vartojimo žalą.
- Kritinio mąstymo formavimo. Turbūt neišvengsime, kad susidurs su šia realybe, bet labai svarbu, kad turėtų pagrindus ir priemones atsispirti.
- Labai daug gimnazijos vaikų lanko neformalias ugdymo įstaigas, kur, tikėtina, nėra labai griežtai apibrėžtos elgesio taisyklės ar susitarimai (pvz. kai susirenka skirtingų mokyklų vaikai į sporto treniruotę, kur niekas niekada netikrina kuprinių ir rūbinėse ar išvykose gali dalintis kuo nori). Galbūt verta būtų kreiptis į tokių įstaigų administracijas ir aktualizuoti klausimą organizuojant paskaitas neformalių ugdymo įstaigų tėvų bendruomenėms. Kad tie patys vaikai/šeimoms žinotų, kad visuomenėje šitas klausimas rūpi visais lygmenimis.
- Manau, kad galėtų būti paskaita su gydytoju, ar koks dokumentinis filmas, kur vaikai pamatytų pasekmes, kad pamatytų apie kūnui daromą poveikį.
- Praverstų diskusijos kartu su vaikais, galbūt net konkrečiau atvejo analizė.
- Sukurti taip vadinamą "The Box" adresą, mokyklos lygmenyje, kad anonimiškai galėtų vaikai rašyti apie pastebėjimą naudojant, laikant ar galbūt platinant draudžiamas medžiagas. Sukurti galimybę anonimiškai pasitarti, paklausti, paprašyti pagalbos, pranešti apie draugą, kuris galbūt tampa priklausomas.
- Vienas iš faktorių, galintis paskatinti paauglius vartoti yra jų patiriamos psichologinės būsenos, atsiradusios dėl tarpasmeninių santykių tiek namuose, tiek tarp bendraamžių, dėl noro pritapti, užsimiršti ar pan. Ypač jautrus amžius-pereinant iš vaikystės į paauglystę. Reiktų stiprinti šią pagalbą, inicijuojant paskaitas apie jautrias temas, savipagalbos grupes.

Kokiomis kitomis temomis norėtumėte paskaitų *vaikams*? Jeigu galite, prašome parašyti temą ir/ar rekomenduoti lektorius?

- Kaip draugams pasakyti NE, jei jie skatintų pabandyti tai, ko nesinori? Kaip išsaugoti draugystę ir likti savimi tokiose situacijose?
- Susitikimai su įdomiais, studijuojančiais, dirbančiais žmonėmis - tikrais lyderiais, pavyzdžiais, kurie įkvėptų.
- Lytinis švietimas, draugystės/santykių psichologija.
- Saugumas ir atsakomybė internete.
- Priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų/socialinių tinklų.
- Apie stresą, įtampą ir jų įveikos būdus.
- Paauglių psichologinė sveikata. Paauglystė - kaip save priimti tokį, koks esi. Kaip man priimti savo pasikeitusį kūną? Kaip slopinti hormonų audras?
- Sveikos gyvensenos ir mitybos paskaitos.
- Smurto prevencija, jo atpažinimas, pagalba sau ar artimiesiems.
- Motyvacija ir demotyvacija mokytis.
- Emocijų valdymo (emocinio intelekto).
- Kritinio mąstymo stiprinimo per praktinius užsiėmimus.
- Toleranciją.
- Apie ryšio išlaikymą su vaiku paaugliu.
- Patyčių priežastys, pasekmės ir kovos būdai mokykloje.

Kokiomis kitomis temomis norėtumėte paskaitų *tėvams*? Jeigu galite, prašome parašyti temą ir/ar rekomenduoti lektorių?

- Ryšio palaikymas, santykio stiprinimas su paaugliais.
- Priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų/ socialinių tinklų.
- Balansas tarp pareigos auklėti ir pareigos leisti asmenybei skleisti. Kaip jį sėkmingai realizuoti, kad paauglys būtų patenkintas, o tėvai - ramūs dėl jo?
- Paauglių psichologinė sveikata.
- Kaip padėti vaikui, patiriančiam nerimą, stresą ir įtampą dėl mokymosi rezultatų ir konkurencijos mokykloje?
- Kaip kalbėti su vaikais apie lytinį švietimą?
- Hyper aktyvūs vaikai paauglystėje. Iššūkiai juos auklėjant, motyvuojant mokytis.
- Apie šiuolaikinius vaikus, jų psichologiją, įpročius, mąstymą ir kaip mums, tėvams, priimti, išgirsti ir prisitaikyti prie šiuolaikinio vaiko poreikių?
- Kaip rasti ryšį su paaugliu, kuris vengia, bėga nuo tėvų?
- Motyvacija mokytis, kokie būdai, priemonės, kaip tėvams skatinti (motyvuoti) vaikams siekti geresnių rezultatų?
- Emocinio intelekto stiprinimo, pilietinių ugdymų paskaitų.
- Paauglių saugumas ir atsakomybė socialiniuose tinkluose bei internete.
- Džiaugčiausi neuromokslininko paskaita apie tai, kas vyksta paauglio smegenyse.