

VAIKAS, GIMĒS MŪSŪ ŠIRDYSE:
atmintinē vaiko globējams ir jēviams

VAIKAS, GIMĘS MŪSŲ ŠIRDYSE:

atmintinė vaiko globėjams ir įtėviams



Rengėjas Viešoji įstaiga „Pagalbos paaugliams iniciatyva“

Vilnius
2013

Leidiny s parengtas vykdam Lietuvos Respublikos socialin s apsaugos ir darbo ministerijos įgyvendinamą Vaiko globos (rūpybos) sistemos reorganizavimo strategijos įgyvendinimo 2010–2012 metų priemonių plano (Žin., 2010, Nr. 89-4746) 9.2. priemonę. Leidiny s parengtas vadovaujantis 2012 10 09 tarp SADM ir VŠĮ „Pagalbos paaugliams iniciatyva“ sudaryta sutartimi Nr. D4-357.

Leidiny s apsarstyta Lietuvos edukologijos universiteto Socialin s komunikacijos instituto tarybos posėdyje 2013 m. lapkričio 25 d. (protokolo Nr. 13/2013) ir rekomenduojama spausdinti.

Recenzavo:

Prof. dr. Violeta Vaicekauskienė (Lietuvos edukologijos universitetas)

Dr. Sigita Burvytė (Lietuvos edukologijos universitetas)

Leidinį sudarė

Rūta Pabedinskienė, Asta Šidlauskienė, Areta Miškinienė

Leidinį parengė

Zigmas Giedrimas, Sigita Ignatovičienė, Rima Breidokienė ir Eva Ignatovič

Leidinį redagavo

Aldona Anužienė

© Lietuvos Respublikos socialin s apsaugos
ir darbo ministerija

TURINYS

PRATARMĖ	9
1. VAIKO KELIAS Į ŠEIMĄ	11
1.1. Vaiko globos samprata ir uždaviniai.....	12
1.2. Vaiko globos rūšys ir formos	15
1.3. Vaiko globos (rūpybos) nustatymo teisiniai pagrindai	17
1.4. Vaiko globos (rūpybos) šeimoje organizavimas	18
1.5. Įvaikinimo organizavimas.....	22
Santrauka	26
2. TAPIMAS ĮTĖVIU ARBA GLOBĖJU	28
2.1. Įtėvių ir vaiko globėjų rengimas pagal Globėjų ir įtėvių rengimo programą GIMK	29
2.2. Reikalavimai globėjams ir įtėviams: pasirinkimo motyvai, žinios ir privalomi gebėjimai.....	33
2.3. Fiziniai standartai globėjų ir įtėvių namų aplinkai	37
2.4. Globėjų (rūpintojų) ir įtėvių funkcijos ir atsakomybė	38
2.5. Globėjų (rūpintojų) ir įtėvių teisės.....	39
2.6. Kaip paaiškinti apie globojamą ar įvaikinamą vaiką kitiems šeimoje augantiems vaikams?	41
2.7. Susipažinimas su vaiku: ryšio užmezgimas prieš pirmąjį susitikimą, pirmasis susitikimas, vaiko lankymai iki perkėlimo į šeimą	42
2.8. Vaiko perkėlimo į šeimą diena	43
2.9. Šeimos rutinos pritaikymas prie vaiko poreikių.....	44
2.10. Dažniausios įtėvių ir globėjų klaidos ir galimybės jų išvengti.....	45
Santrauka	48

3.	VAIKAS ŠEIMOJE.....	50	5.5.	Netinkamos vaiko auklėjimo technikos	131
3.1.	Kaip vaikas reaguoja į išsiskyrimus ir kaip jį veikia perkėlimas į naujus namus?.....	51	5.6.	Reagavimas į krizines situacijas	133
3.2.	Pagalba vaikams išgyvenant netektį	54	5.7.	Vaiko mokymosi problemos ir jų sprendimas.....	141
3.3.	Traumą patyrę vaikai: kaip suprasti ir padėti	59	5.8.	Vaiko rūkymas.....	145
3.4.	Saugaus ryšio su vaiku užmezgimas ir palaikymas.....	66	5.9.	Vaiko agresija ir jos valdymas	146
3.5.	Vaiko adaptacijos (apgyvendinimo) šeimoje ypatumai	72		Santrauka	151
	Santrauka	78	6.	VAIKO SU SPECIALIAISIAIS POREIKIAIS GLOBA ŠEIMOJE IR ĮVAIKINIMAS.....	153
4.	VAIKO POREIKIAI IR JŲ TENKINIMAS	80	6.1.	Vaikas, patyręs fizinę prievartą	154
4.1.	Vaiko raidos poreikiai.....	81	6.2.	Vaikas, patyręs seksualinę prievartą	156
4.2.	Vaiko teisės ir privatumas	96	6.3.	Proto ar fizinę negalią turintis vaikas.....	160
4.3.	Fizinės ir psichikos sveikatos priežiūra	99	6.4.	Hiperaktyvus vaikas arba dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sutrikimas	163
4.4.	Mokykla	101	6.5.	Vaikas, turintis elgesio problemų.....	165
4.5.	Saugumas	103	6.6.	Vaikas, turintis emocinių problemų	167
4.6.	Socialinės ir laisvalaikio veiklos.....	104	6.7.	Vaikas, turintis lėtinių sveikatos problemų	171
4.7.	Vaiko finansai.....	105	6.8.	Prieraišumo sutrikimų turintis vaikas	175
4.8.	Vaiko savivertės skatinimas	106		Santrauka	179
4.9.	Vaiko tapatumo jausmo skatinimas	109	7.	VAIKO RYŠIAI SU BIOLOGINE ŠEIMA.....	182
4.10.	Lytinis ugdymas	111	7.1.	Kai vaikas nori žinoti apie savo biologinę šeimą	183
4.11.	Gyvenimo knygos rengimas.....	114	7.2.	Parama vaiko ir jo biologinės šeimos ryšiui palaikyti	185
	Santrauka	116	7.3.	Vaiko bendravimas su biologiniais tėvais.....	189
5.	BENDRAVIMAS SU VAIKAIS IR PAAUGLIAIS	118	7.4.	Vaiko bendravimas su broliais/seserimis gyvenant atskirai	192
5.1.	Pozityvios tėvystės principai.....	119		Santrauka	195
5.2.	Pozityvaus elgesio skatinimas.....	120	8.	VAIKO PERKĖLIMAS IŠ ŠEIMOS.....	197
5.3.	Netinkamo vaiko elgesio priežastys ir tikslai.....	123	8.1.	Vaiko parengimas perkelti į naują šeimą	198
5.4.	Pozityvios disciplinos taikymas	126			

8.2. Kai vaikas palieka jūsų namus.....	201
8.3. Sprendimas įvaikinti globojamą vaiką.....	204
8.4. Vaiko palydėjimas į savarankišką gyvenimą.....	205
Santrauka	207
9. RESURSAI IR PARAMA	209
9.1. Rūpinimasis savimi	210
9.2. Tęstinė parama įtėviams ir globėjams	211
9.3. Komandinis darbas su vaiko teisių specialistais, GIMK mokytojais, kitais specialistais	213
9.4. Individualaus vaiko globos (rūpybos) plano sudarymas ir jo įgyvendinimas.....	214
Santrauka	216
LITERATŪROS SĄRAŠAS.....	218
PRIEDAS NR. 1	221

PRATARMĖ

Yra vaikų, kurie gimsta šeimose. Bet yra ir tokių vaikų, kurie gimsta mūsų širdyse. Būtent tokių vaikų tėvams ir yra skirta ši atmintinė.

Šio leidinio tikslas – skatinti globos ir įvaikinimo plėtrą Lietuvoje bei užtikrinti tinkamą vaikų priežiūrą globėjų bei įtėvių šeimose. Leidinyje paprasta ir suprantama kalba perteikti skirtingi metodai ir principai, įvairios žinios, kuriomis tikimasi palengvinti globojamų ar įvaikintų vaikų auginimą ir su tuo susijusių problemų sprendimą.

Leidinyje **„Vaikas, gimęs mūsų širdyse: atmintinė vaiko globėjams ar įtėviams“** skirtas vaiko globėjams (rūpintojams) ir įtėviams ar besiruošiantiesiems tokiais tapti ir ieškantiesiems atsakymų į daugybę formalių ir kasdienio bendravimo su globojamais vaikais klausimų. Leidinį sudaro dešimt dalių, apimančių tapimo globėju ar įtėviu raidą: nuo pasirengimo įvaikinti ar globoti šeimoje iki vaiko paruošimo savarankiškai gyventi. Knygelėje paprasta ir suprantama kalba aptariama daugybė globėjams ir įtėviams aktualių klausimų:

- Kokia yra vaikų globos (rūpybos) sistema Lietuvoje?
- Kaip tampama įtėviu ar globėju?
- Kaip padėti vaikui adaptuotis naujoje šeimoje?
- Kaip padėti vaikui, kuris patyrė psichologinių traumų?
- Kokie yra vaiko poreikiai skirtingais raidos etapais?
- Kaip pasirinkti tinkamiausius vaikų auklėjimo metodus?
- Kaip reaguoti į netinkamus vaikų poelgius ir paskatinti teigiamą elgesį?
- Kaip padėti vaikams, turintiems specialiųjų poreikių?
- Kaip paskatinti ir palaikyti vaiko ryšius su biologine šeima?
- Kur kreiptis pagalbos ir kaip pasirūpinti savimi?

Šiuo leidiniu gali naudotis ir vaiko teisių specialistai – GIMK mokytojai, kiti specialistai, dirbantys su vaiko globėjais bei įtėviais. Leidinyje taip pat gali būti naudingas socialinės pedagogikos, socialinio darbo, psichologijos studentams.

Tikimės, kad ši knygelė padės pažvelgti į pasaulį vaiko, kuris ateina į jūsų šeimą su tam tikra savo gyvenimo istorija, akimis. Tai padės jums geriau suprasti ir vaiko, ir savos šeimos poreikius. Neabejotinai atrasite būdų, kaip šiuos poreikius suderinti.

Kaip teigė Kathy Davis, po šimto metų niekam nerūpės, kokia buvo jūsų banko sąskaita arba kokį automobilį jūs vairavote, tačiau pasaulis gali būti kitoks todėl, kad jūs buvote svarbūs tam tikro vaiko gyvenime. Tai yra pati didžiausia dovana ir atpildas už jūsų didžiules pastangas ir begalinę meilę auginant vaiką, gimusį jūsų širdyse.



1. VAIKO KELIAS Į ŠEIMĄ

1.1. VAIKO GLOBOS SAMPRATA IR UŽDAVINIAI

Globos (rūpybos) vaikui nustatymas yra teisinis aktas. Jis reiškia, kad likusio be tėvų globos vaiko priežiūra, auklėjimas ir ugdymas perduodama kitam asmeniui (fiziniam ar juridiniam).

Pagrindinis globos (rūpybos) tikslas – užtikrinti vaiko auklėjimą ir priežiūrą aplinkoje, kurioje jis galėtų saugiai ir tinkamai augti, vystytis ir tobulėti. Šis tikslas įpareigoja globėją atsakingai vykdyti savo pareigas, užtikrinti vaikui saugumą bei atpažinti bei tenkinti poreikius pagal vaiko amžių.

Globos (rūpybos) nustatymas reiškia vaiko priežiūros patikėjimą kitam asmeniui, paimant vaiką iš jo šeimos ir perkeltant gyventi pas globėją (rūpintoją). Globos (rūpybos) nustatymas nekelia klausimo „kas geresnis?“ (tėvai ar globėjai). Globos nustatymas siejamas su vaikui vystytis ir augti palankių sąlygų kūrimu. Globos nustatymą vaikas dažnai supranta kaip savo šeimos netektį, todėl tai jam nėra pozityvus reiškinys.

Vaikui laikinoji globa (rūpyba) nustatoma tais atvejais, kai tėvai dėl įvairių priežasčių ir aplinkybių negali tinkamai rūpintis savo vaiku. Praktikoje dažniausiai pasitaikančios priežastys, dėl kurių vaikams nustatoma globa (rūpyba) ir vaikas paimamas iš šeimos, yra tėvų priklausomybės ligos, ligos (tėvai tampa neveiksnūs ar fiziškai nepajėgūs rūpintis savo vaikais), tėvų socialinių įgūdžių rūpintis vaiku praradimas ar stoka, netinkamas tėvų elgesys su vaiku, tėvų laisvės apribojimas, tėvų mirtis ir pan. Esant tokioms aplinkybėms, ieškoma būdų, kaip užtikrinti sąlygas vaikui tinkamai augti ir vystytis. Kai tėvai negali tinkamai rūpintis savo vaikais, valstybė organizuoja deramas sąlygas vaikui vystytis ir augti. Tais atvejais kai tėvai išvyksta dirbti į užsienį, vaikui globa (rūpyba) gali būti steigama tėvų prašymu.

Vaiko globos (rūpybos) nustatymą organizuoja savivaldybių Vaiko teisių apsaugos skyriai pagal vaiko šeimos gyvenamąją vietą. Pagrindinės šios įstaigos pareigos yra surasti ir paskirti vaikui globėją (rūpintoją), kuris tinkamai vaiku rūpintųsi, auklėtų, jam atstovautų ir gintų jo teises bei interesus. Vaiko teisių apsaugos

skyriai, sprenddami globos vaikui nustatymo klausimą, visada vertina su globos steigimu susijusių įvykių aplinkybes, priežastis.

Praktikoje dažniausiai su šeimomis, kuriose netinkamai prižiūrimi vaikai ir realizuojama tėvų valdžia, yra dirbamas socialinis darbas. Šio darbo tikslas yra išlaikyti vaiką šeimoje ir sustiprinti šeimos instituciją. Socialiniu darbu su šeima tikimasi grąžinti tėvų galias tinkamai rūpintis savo vaikais bei išsaugoti šeimos vientisumą. Jeigu tėvai nekeičia savo elgesio, gyvensenos modelio, neskiria dėmesio vaikui, tuomet jam nustatoma globa ir jis paimamas iš šeimos. Yra ir tokių aplinkybių, kai vaiko globos (rūpybos) klausimas sprendžiamas skubos tvarka. Tai yra tėvų mirtis, sulaikymas už nusikaltimus, netinkamas elgesys ar valdžios demonstravimas (su nusikaltimo požymiais) vaiko atžvilgiu. Dažniausiai vyrauja tėvų nuostata, kad vaikas yra jų ir elgtis su vaiku jie gali pagal savo įsitikinimus ar gebėjimus. Reikėtų akcentuoti, kad vaikas nėra nei tėvų, nei globėjų nuosavybė.

Nustatant vaikui globą (rūpybą), laikomasi tokių principų: vaiko interesų pirmumo; pirmumo teisę tapti globėjais (rūpintojais) turi vaiko artimi giminaičiai (jeigu tai atitinka vaiko interesus); vaiko globa (rūpyba) šeimoje; brolių ir seserų neišskyrimas (išskyrus tuos atvejus, kai tai pažeidžia vaiko interesus). Nustatant ar naikinant vaiko globą (rūpybą) išklausoma ir atsižvelgiama į vaiko nuomonę.

Vaiko globa (rūpyba) įpareigoja globėjus: sudaryti sąlygas vaikui dvasiškai ir fiziškai augti; atstovauti ir ginti globojamo vaiko asmeninius, turtinius interesus; užtikrinti vaiko emocinį ir fizinį saugumą. Taigi globos (rūpybos) nustatymas reiškia vaiko teisėto atstovo pakeitimą. Globos (rūpybos) nustatymas siejamas ir su ilgalaikiu uždaviniu – parengti vaiką savarankiškam gyvenimui ir socializacijos visuomenėje procesui. Todėl globėjo pareiga – užtikrinti, kad vaikas galėtų lankyti mokyklą, neformalaus ugdymo būrelius ar kitaip realizuotų ir tobulintų savo gebėjimus. Globos (rūpybos) uždavinys yra parengti vaiką būsimam suaugusio žmogaus gyvenimui, pastebėti ir išugdyti vaiko stiprias asmenines savybes, leisančias jam įgyti savarankiškumo ir savirealizacijos įgūdžių. Vaiko teisių apsaugos skyrių specialistų pareiga yra stebėti ir vertinti vaiko globos įgyvendinimo procesą.

Globa (rūpyba) gali būti panaikinama, gali būti keičiamas globėjas. Globėjas gali būti nušalinamas nuo pareigų, jei jis netinkamai vykdo savo pareigas arba pats atsisako būti globėju dėl jam per sunkios pareigos rūpintis vaiku. Dažniausiai globėjai atsisako globėjų pareigos, kai negali priimti vaiko elgesio, iškelia per didelius lūkesčius tiek vaikui, tiek sau. Šiuo atveju vaikui skiriamas kitas globėjas. Vaiko globėjų kaita yra vienas iš sunkiausiai vaikų išgyvenamų reiškinų. Šis reiškinys neigiamai paveikia vaiko savivertę, prierašumą ir emocinį bei fizinį vystymąsi. Tai betarpiškai turi įtakos vaiko tolimesniam gyvenimui.

Vaiko tėvai, panaikinę globos steigimo priežastis, gali susigrąžinti vaiką į šeimą. Taip pat globa (rūpyba) gali baigtis dėl kitų aplinkybių: kai rūpinamas vaikas sulaukia pilnametystės, kai sukuria šeimą (emancipuojamas), kai globojamas vaikas miršta.

Nustačius vaikui globą (rūpybą), valstybė skiria piniginę išmoką, skirtą globojamo vaiko poreikiams tenkinti.

Globos (rūpybos) nustatymas nepanaikina galimybės vaikui ir jo biologinei šeimai bendrauti. Įgyvendinant globą ypač skatinamas vaiko bendravimas su savo tėvais, šeima. Tačiau vertėtų atkreipti dėmesį į tai, kaip bendravimas atitinka vaiko poreikius ar lemia jo savijautą. Jeigu bendravimas su biologine šeima vaikui daro neigiamą poveikį, vaiko globėjas kartu su Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistais turi peržiūrėti vaiko bendravimo su šeima galimybes, pobūdį ir tikslus.

Vaiko globos (rūpybos) steigimas yra teisinė procedūra, todėl būtina užtikrinti, kad šis procesas būtų organizuojamas griežtai laikantis šiuo metu galiojančių įstatymų ir kitų teisės aktų. Pagrindiniai teisės aktai, susiję su vaiko globos (rūpybos) nustatymu, yra Lietuvos Respublikos civilinio kodekso trečios knygos „Šeimos teisė“ septintojoje dalyje „Globa ir rūpyba“. O vaiko globa (rūpyba) organizuojama remiantis „Vaiko globos organizavimo nuostatais“.

1.2. VAIKO GLOBOS RŪŠYS IR FORMOS

Lietuvoje vaiko globa skirstoma pagal rūšis: **laikinoji ir nuolatinė**, pagal formas: globa **šeimoje**, globa **šeimynoje**, globa vaikų socialinės globos **institucijoje**.

Laikinosios globos tikslas – grąžinti vaiką į šeimą, kai pastaroji panaikina globos steigimo (vaiko paėmimo iš šeimos) priežastis. Laikinoji globa gali būti vykdoma šeimoje, šeimynoje ar vaikų socialinės globos institucijoje. Laikinoji globa nustatoma savivaldybės, kurios teritorijoje gyvena vaikas su šeima, administracijos direktoriaus įsakymu. Laikinosios globos įsakyme nurodomi pagrindiniai teiginiai, susiję su vaiko tolesniu gyvenimu: paskiriamas vaiko teisėtas atstovas (globėjas/rūpintojas), nustatoma vaiko gyvenamoji vieta (globėjo/rūpintojo adresas), įrašoma data, nuo kada įsigalioja globa (rūpyba). Laikinosios globos trukmė yra apie vienerius metus. Teikimą steigti vaikui laikinąją globą gali rengti ir teikti savivaldybės Vaiko teisių apsaugos skyrius, prokuratūra.

Jeigu laikinuoju globėju skiriamas fizinis asmuo ir jis nėra vaiko artimas giminaitis (giminystėje pagal Lietuvos Respublikos CK), globėjas privalo išklausyti tėvams ir globėjams skirtus įvadininius kursus (apie kursus – kituose skyriuose). Laikinoji globa baigiasi, kai vaikas grąžinamas į savo šeimą arba jam steigiama nuolatinė globa.

Nuolatinė globa steigiama vaikui, kai jo biologiniai tėvai nesugeba tenkinti vaiko poreikių ir užtikrinti jo normalaus vystymosi. Vaiko laikinosios globos metu tėvų gebėjimus, jų kaitą ar pastangas susigrąžinti vaiką stebi ir vertina socialiniai darbuotojai pagal tėvų gyvenamąją vietą. Nustatant nuolatinę globą, vertinamos tėvų pastangos tokiose srityse: jų gebėjimas pasirūpinti šeima (tėvų darbinė veikla), gydymasis nuo priklausomybių, buitinių sąlygų gerinimas, tėvystės ir socialinių įgūdžių kaita ir pan.

Nuolatinė globa steigiama vaikui, kai vaiko tėvų elgesyje, gyvenimo būde neįžvelgiama jokios pozityvios kaitos. Socialiniai darbuotojai privalo pildyti darbo su vaiko šeima ir tėvų pastangas apibūdinančius dokumentus. Dažniausiai tai yra buities tyrimo aktai ir tėvų gyvensenos aprašai.

Nuolatinės globos tikslas – užtikrinti vaikui saugią aplinką, kurioje būtų tenkinami jo pagrindiniai poreikiai ir jis jaustųsi saugus. Dažniausiai nuolatinė globa vykdoma tiek laiko, kol ji baigiasi pagal įstatymą.

Nuolatinė globa steigama teismo nutartimi. Teismo sprendime apibrėžiama tėvų valdžia (vaiko atžvilgiu), nustatomas vaiko globėjas ir vaiko gyvenamoji vieta, skiriamas vaiko turto administratorius. Taip pat teismo sprendime yra nustatomas terminuotas arba neterminuotas tėvų valdžios apribojimas bei tėvų prievolė finansiškai prisidėti prie vaiko išlaikymo. Taigi tėvų valdžios apribojimas nepanaikina tėvų prievolės iš dalies rūpintis vaiku. Teismo nutartis įsigalioja per 7 kalendorines dienas, sprendimas – per 30 kalendorinių dienų. Šie teisės aktai gali būti skundžiami aukštesnės instancijos teismui.

Nuolatinės globos atveju vaiko tėvai irgi gali susigrąžinti vaiką į savo šeimą. Apie tokias galimybes sprendžia teismas.

Esant laikinai ir nuolatinei globai, vaiko globėjas turi užtikrinti vaiko bendravimą su biologine šeima, jeigu tai nepažeidžia vaiko interesų, o tėvams nėra ribojamas bendravimas su vaiku dėl nusikalstamo elgesio su vaiku požymių.

Nuolatiniu vaiko globėju (rūpintoju) gali būti fizinis asmuo (dažnai tampa sutuoktiniai) ir juridinis asmuo (šeimyna arba vaikų socialinės globos namai). Jei vaiko, kuriam steigama globa, amžius yra iki 14 metų, steigama globa ir jam skiriamas globėjas. Jei vaikas yra vyresnis nei 14 metų – jam steigama rūpyba ir skiriamas rūpintojas. Šios sąvokos siejamos su vaiko dalyvavimu priimant sprendimus ar atstovaujant interesams, deleguojant daugiau atsakomybės vaikui pagal galiojančius Lietuvos Respublikos teisės aktus. Esminio skirtumo tarp globėjo ar rūpintojo pareigų nėra.

Fiziniai asmenys, norintys tapti nuolatiniais vaiko globėjais, jeigu jie nėra vaiko artimi gimimai, privalo baigti įvairius globėjų ir įtėvių mokymus bei gauti teigiamą vertinimo išvadą apie jų pasirengimą tapti globėjais.

Nuolatinė globa teisiškai yra baigtinis reiškinys. Teisine prasme nuolatinė globa baigiasi, kai vaikas sulaukia pilnametystės, emancipuojamas arba miršta. Globos pabaiga nedraudžia globėjui ir vaikui toliau bendrauti. Bendravimas pa-

sibaigus oficialiai globai daugiau siejamas su vaiko santykiais su globėjais ir su globėjų apsisprendimu. Bendravimas priklauso nuo emocinių ryšių tarp globėjų ir vaiko. Tolesnis bendravimas niekaip neįpareigojamas teisės aktais.

Prioritetinė vaiko laikinosios ir nuolatinės globos forma Lietuvoje laikoma vaiko globa šeimoje. Skiriasi globėjų (rūpintojų) pagal formą kai kurios pareigos ir teisės vaiko atžvilgiu. Pavyzdžiui, jeigu vaiko globėjas (rūpintojas) yra institucija, tai vaiko globą galima keisti į vaiko globą šeimoje. Globos institucija negali prieštarauti šiam procesui, nebent turi prieštaravimą argumentuojančių faktų. Vaiko globėjai (fiziniai asmenys) gali prieštarauti globojamo vaiko įvaikinimui kitose šeimoje, patys globėjai gali įvaikinti globojamą vaiką. Visi vaikai, esantys institucinėje nuolatinėje globoje (rūpyboje), kai sutvarkomas jų teisinis statusas, yra įtraukiami į galimų įvaikinti vaikų sąrašą.

Svarbu žinoti, kad fizinio asmens pasirinkimas tapti globėju yra savanoriškas, niekas negali jo įpareigoti tapti vaiko globėju. Dažniausiai vaiko artimi gimimai tampa vaiko globėjais vedami moralinės atsakomybės už vaiko ateitį.

1.3. VAIKO GLOBOS (RŪPYBOS) NUSTATYMO TEISINIAI PAGRINDAI

Aptariant vaiko globos (rūpybos) nustatymo teisinius aspektus būtina akcentuoti, kad visada yra atsižvelgiama į vaiko interesus. Vaiko interesų pirmumas yra pagrindinė vaiko globos (rūpybos) nustatymo nuostata.

Vaikui globos (rūpybos) nustatymas susijęs su tėvų valdžios į vaiką apribojimu. Tai reiškia, kad jeigu vaikui kyla grėsmė šeimoje, jis perkeliamas į kitą aplinką.

Svarbu yra tai, kad asmuo, svarstydamas apie globėjo vaidmenį, bent preliminarai susipažintų su teisės aktais. Tai padėtų pačiam asmeniui įsivertinti, ar jis yra tinkamas tapti globėju. Domėjimasis globos teisės aktais rodo asmens iniciatyvumą, ketinimų tvirtumą.

Svarstant sprendimą tapti globėju, patartina susipažinti su eile teisės aktų.

Kas gali būti globėju, kokios yra globėjų teisės ir pareigos, kokie yra globos steigimo vaikui principai, globos trukmė ir pan. Apie tai galima rasti Lietuvos Respublikos civilinio kodekso 3 knygoje „Šeimos teisė“.

Kaip vyksta globos nustatymo procesai, aprašoma Lietuvos Respublikos civilinio proceso kodekse.

Kaip organizuojamas globos (rūpybos) nustatymas, aprašyta „Vaiko globos organizavimo nuostatuose“.

Vaikui globos nustatymas yra teisinis aktas, todėl labai svarbu būsimiems globėjams juos žinoti arba būti bent iš dalies su jais susipažinus. Prisiimant naują vaidmenį vaiko atžvilgiu, globėjas turi jį tinkamai įgyvendinti. Vaiko gyvenime jau buvo „netikuso“ elgesio su juo pavyzdžių.

Svarbu yra tai, kad, besirengdami tapti globėjais (rūpintojais), galimi globėjai patys preliminariai įvertintų savo gebėjimus: ar atitinka formalius reikalavimus, ar suprantamos ir aiškios procedūros bei vaidmenys. Jeigu teisės aktų nuostatas suprasti sunku, rekomenduotina kreiptis į Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistus pagal gyvenamąją vietą.

Pravartu kiekvienu atveju bendradarbiauti su Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistais, išsiaiškinti rūpimus klausimus, procedūras bei globos steigimo pasekmes. Ketinimas tapti globėju yra rimtas sprendimas, o pats procesas aprašytas teisės aktuose, todėl čia negalima „saviveikla“.

1.4. VAIKO GLOBOS (RŪPYBOS) ŠEIMOJE ORGANIZAVIMAS

Vaiko globėju gali tapti fizinis asmuo. Tai vaiko globos (rūpybos) šeimoje forma. Teisės aktuose yra apibrėžta, kas gali tapti vaiko globėju (rūpintoju) ir kokie asmenys negali tapti globėjais. Šie reikalavimai yra labai svarbūs jau per pirminį vertinimą ar pareiškėjų apsisprendimo etapą. Todėl siūlytina ypač įdėmiai susipažinti su šiais reikalavimais.

Atsižvelgiant į tai, kad šeimos aplinka sukuria natūraliai palankią aplinką vaikui auklėti, privatumui išlaikyti, suteikiant galimybę kurti abipusius santykius, ugdyti vaiko vertybes, susijusias su šeima, pilietiškumu ir pan., vaiko globos šeimoje forma Lietuvoje laikoma prioritetine. Ši forma yra ypač skatinama. Globėjai, pasidalindami savo namais su vaikais, aktyviai dalyvauja sprendžiant socialines problemas. Pagal pasirinkimo motyvą pastaruoju metu globėjais dažniau tampa vaiko giminės. Tačiau stebimas reiškinys, kai šeimos pasidalina savo namų šiluma ir su svetimais vaikais.

Įvertinant tai, kad globos (rūpybos) nustatymu atsakomybė už vaiko gerovę deleguojama kitam asmeniui, yra keliami tokie reikalavimai globėjams:

- **Amžiaus.** Globoti gali asmuo, sulaukęs 21 metų, ir iki 65 metų, išskyrus atvejus, kai nori globoti artimi giminaičiai (broliai/seserys) arba seneliai ir kai vaikui daugiau nei 10 metų.
- **Sveikatos.** Asmuo neserga ligomis, ribojančiomis jo veiksnumą.
- **Teistumo.** Būsimasis globėjas negali būti teistas už tyčinius nusikaltimus.
- **Pareigingumo I.** Globėju negali būti asmuo, kuris buvo nušalintas nuo savo vaikų priežiūros.
- **Pareigingumo II.** Globėju negali būti asmuo, kuris jau buvo nušalintas nuo globėjo pareigų.
- **Aktyvumo ir veiklumo.** Turi būti dirbantis ir turintis tinkamas gyvenimo sąlygas, kuriomis galėtų dalintis su globojamu vaiku.
- **Gebėjimo.** Turi būti baigę įvairius globėjų ir tėvių mokymus bei turintys palankias GIMK mokytojų vertinimo išvadas.

Vaiko globėju neretai skiriami abu sutuoktiniai arba vienas iš jų. Praktinė prasme geriausia, kai vaiko globėjais skiriami abu sutuoktiniai. Tokiu atveju operatyviau išsprendžiamas atstovavimo vaikui klausimas. Vaikui atstovauja tik oficialiai paskirtas globėju asmuo ar pora. Vaikui globėjai atstovauja darželiuose, mokyklose, poliklinikose ar kitose gydymo įstaigose ir pan. Taigi globėjams suteikiama valdžia prilygsta vaiko biologinių tėvų valdžiai.

Globa šeimoje laikoma prioritetine globos forma. Tai grindžiama tuo, kad šeimos aplinkoje vaikas gauna sąlygas asmeniniam privatumui išsaugoti, su vaiku nuolat bendrauja tie patys asmenys, šeimos aplinka palankesnė kurti emocinius ryšius tarp vaiko ir šeimos narių, šeimoje yra palankesnės sąlygos vaikui išmokti visų reikalingų socialinių įgūdžių bei vaidmenų. Svarbu yra tai, kad šeimoje vaikas stebi vyro ir moters vaidmenis, mokosi kurti santykius ir pan. Tai sudaro prielaidas vaiko savarankiškumui ugdytis. Kita vertus, šeima artimesnė ir pažįstama vaikui gyvenimo struktūra. Svarbu yra tai, kad globėjai, priimdami vaiką į savo šeimą, reikštų deramą pagarbą vaiko biologinei kilmei. Kuriant santykius su vaiku, tai yra viena iš pagrindinių sąlygų. Globėjų pareiga – užtikrinti vaiko bendravimą su jo biologine šeima.

Už vaiko globos (rūpybos) nustatymo proceso organizavimą yra atsakingi savivaldybių pagal vaiko gyvenamąją vietą Vaiko teisių apsaugos skyriai. Todėl asmenys, norintys tapti globėjais, pirmiausia bendrauja ir konsultuojasi su šių skyrių atsakingais darbuotojais.

Prisiimdamas globėjo pareigas, fizinis asmuo privalo pateikti dokumentus, kurie parodo, kad pagal formalius reikalavimus globėjui jis yra tinkamas asmuo ar asmenys (pora) tapti globėju (-ais). Todėl pirmiausia, norint tapti globėju, reikia pateikti Vaiko teisių skyriui tokius dokumentus: prašymą globoti vaiką (nurodant jau konkretų vaiką, jei jis yra, arba pageidavimus: kokio amžiaus, kokios lyties, kokį vaikų skaičių norima globoti), nustatytos formos sveikatos pažymėjimą; pažymą apie deklaruotą gyvenamąją vietą ir deklaruotų asmenų skaičių; pažymą apie pajamas; kartu gyvenančių vyresnių nei 16 metų asmenų sutikimą, kad asmuo gali tapti globėju (sutuoktinis (-ė), pareiškėjo vaikai, kartu gyvenantys gimimai).

Be to, vaiko teisių specialistai gauna pažymą apie asmens teistumą. Po to Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistai arba jų socialiniai partneriai, kurie vykdydys mokymus, apsilankys pareiškėjų namuose ir įvertins buitines sąlygas. Kai visi reikalingi dokumentai bus surinkti, skyriaus specialistai atliks pirminę atranką ir nusiųs asmenį į globėjų ir įtėvių mokymus.

Mokymus vykdo Vaiko teisių apsaugos skyriaus socialiniai partneriai – atestuoti socialiniai darbuotojai, parengti mokyti globėjus ir įtėvius. Baigus mokymus, atestuoti mokytojai parengia išvadas, kuriose įvertinami asmens ar poros gebėjimai, pasirinkimo motyvacija ir teikiama rekomendacija apie galimybę būti ar nebūti globėju (-ais). Kai globėju nori tapti tik vienas iš sutuoktinių, vertinant atkreipiamas dėmesys į sutuoktinių santykius. Rekomenduotina, kad abu sutuoktiniai lankytų įvadinius globėjų ir įtėvių kursus, neatsižvelgiant į tai, kad tik vienas iš jų nori tapti globėju. Nustatant vaiko globą šeimoje abu sutuoktiniai ir jų šeimos nariai besąlygiškai dalyvauja globojamo vaiko gyvenime, priežiūroje ir ugdyme.

Atsižvelgiant į vaiko interesus, kartais vaikas į šeimą patenka skubos tvarka, atlikus pradinį šeimos ar asmens įvertinimą. Praktikoje tai atsitinka, kai vaikui nustatoma laikinoji globa dėl netikėtų jo šeimoje aplinkybių (tėvų mirtis, tėvų sulaikymas įtarus dėl nusikalstamos veikos ir pan.). Šiuo atveju asmenys kursus lanko jau vaikui gyvenant globėjų šeimoje.

Didžioji dalis vaiko globėjų yra artimi asmenys (seneliai, broliai/seserys). Jiems mokymai neprivalomi, tik keliama formalūs reikalavimai globėjams. Kai asmenys nori globoti vaikus, su kuriais nesieja jokie giminystės ryšiai, jie praeina visas anksčiau minėtas procedūras. Pasirinkimas tapti globėju yra savanoriškas.

Globėjams vaikus siūlo Vaiko teisių apsaugos skyriai pagal gyvenamąją vietą. Gali būti, kad galimai globoti vaikai siūdomi iš įvairių Lietuvos vietų. Tačiau visais atvejais būsimi globėjai bendrauja su Vaiko teisių skyriaus specialistais pagal savo gyvenamąją vietą.

Fiziniai asmenys gali būti ir laikini, ir nuolatiniai vaiko globėjai. Procedūriškai tam pačiam vaikui pirmiausia nustatoma laikinoji, po to gali būti nustatoma nuolatinė globa. Jeigu asmenys buvo laikini globėjai ir vaikui nėra sąlygų grįžti į savo šeimą, jie vėliau teismo keliu tampa nuolatiniais globėjais. Todėl šiuo atveju globos steigimo procedūros išsitiesia ilgiau. Tačiau nepriklausomai nuo to, kokia globos forma yra nustatyta, globėjai turi vykdyti globėjų pareigas vaiko atžvilgiu.

Norintieji tapti vaikų globėjais turi teisę nurodyti norimo globoti vaiko lytį, amžių, sveikatos būseną ir pan. Taip pat nurodomas norimų globoti vaikų skai-

čius. Įstatymais yra ribojamas norimų globoti vaikų skaičius, atsižvelgiant į globėjų gyvenimo sąlygas. Fizinio asmens šeimoje negali būti daugiau nei penki vaikai, kartu su globėjų biologiniais vaikais.

Svarbu suprasti, kad vaiko globa yra prižiūrima vaiko teisių apsaugos specialistų. Todėl globėjų viena iš pareigų ir gebėjimų – bendradarbiauti su šios tarnybos atstovais. Be to, vaiko teisių apsaugos specialistai ar jų deleguoti specialistai turi teisę lankytis globėjų šeimoje bei įvertinti jų globos kokybę.

1.5. ĮVAIKINIMO ORGANIZAVIMAS

Įvaikinimas – tai procesas, kai be tėvų globos likusiam vaikui panaikinamos tarpusavio asmeninės ir turtinės teisės bei pareigos su tėvais ir giminaičiais pagal kilmę ir sukuriama tokios pat tarpusavio asmeninės ir turtinės teisės bei pareigos su įtėviais bei jų giminaičiais, kaip ir su giminaičiais pagal kilmę.

Įvaikintojai laikomi vaiko tėvais pagal įstatymą. Įvaikintam vaikui gali būti suteikta įtėvių pavardė, keičiamas vardas. Įvaikinimas negali būti atšauktas ar panaikintas. Įtėviams gali būti ribojama tėvų valdžia dėl netinkamos įvaikio priežiūros, auklėjimo. Tokiu atveju, jei įvaikintas vaikas paimamas iš įtėvių šeimos dėl pastarųjų netinkamo elgesio su įvaikiu, įtėviams yra priteisiami alimentai įvaikiui išlaikyti. Įvaikinimas sukuria abipusius civilinius, turtinius ir kitus įsipareigojimus, kaip ir gimstant vaikui. Tai yra esminis įvaikinimo ir globos skirtumas.

Asmenims, norintiems įvaikinti vaiką, nustatyti tokie formalūs reikalavimai:

- **Amžiaus.** Įvaikinti gali asmenys nuo pilnametystės iki 50 m. amžiaus. Išimtiniais atvejais teismas leidžia įvaikinti vyresniems nei 50 m. asmenims. Metų skirtumas tarp įtėvių ir įvaikinamo vaiko turi būti ne mažiau nei 18 metų. Svarbu įsivertinti savo galimybes pagal amžių ir sveikatą. Praktikoje dažniausiai norą būti įtėviais pareiškia 35–45 m. amžiaus žmonės.

- **Šeimyninės padėties.** Pareiškėjai turi būti sudarę civilinę arba bažnytinę santuoką ir užregistravę Civilinės metrikacijos skyriuje. Du nesusituokę asmenys to paties vaiko įvaikinti negali. Įvaikinti gali ir vieniši asmenys.
- **Sveikatos.** Pareiškėjai turi būti veiksnūs, sveiki ir nesergantys ligomis pagal sveikatos apsaugos ministro įsakymu patvirtintą sąrašą.
- **Teistumo.** Pareiškėjai negali būti bausti už tyčinius ar smurtinius nusikaltimus, smurtą prieš vaikus ir pan. Administracinis teistumas šiuo atveju neturi reikšmės.
- **Gyvenimo sąlygų.** Pareiškėjų gyvenamasis būstas turėtų būti pritaikytas vaikui gyventi, vaikui skirtas atskiras kambarys ar erdvė (vaiko saugumo ir vystymosi užtikrinimas). Patalpos neturi kelti vaikui fizinio pavojaus. Nėra keliami konkretūs reikalavimai pareiškėjų būstui. Dažniausiai atsižvelgiama ir vertinami pareiškėjų planai ir pastangos gerinant savo šeimos gyvenimo sąlygas.
- **Pajamos.** Pareiškėjai turi būti dirbantys asmenys, o jų gaunamos pajamos turėtų užtikrinti šeimos narių poreikius.
- **Gyvenamoji vieta.** Turėtų būti saugi ir vaiko poreikius užtikrinanti aplinka.
- **Specialūs reikalavimai.** Pareiškėjai privalo baigti įvadininius globėjų ir įtėvių mokymus bei gauti palankias GIMK mokytojų vertinimo išvadas.

Norintys tapti įtėviais asmenys praeina tam tikrus etapus. Galima sakyti, kad įvaikinimas yra socialinis procesas. Šio proceso metu pasitikrinamas pareiškėjų sprendimo įvaikinti tvirtumas ir galimybės tinkamai vykdyti tėvų pareigas; siekiama, kad pareiškėjai visiškai įsijaustų į naują vaidmenį, sąvoką „įvaikinimas“ priimtų kaip pasirinkimo alternatyvą jų situacijoje. Įvaikinimo procese dalyvauja eilė įstaigų ir specialistų. Todėl būsimiems pareiškėjams teisme su įvairių įstaigų specialistais tenka kalbėti apie privačius jų šeimos ir asmeninio gyvenimo įvykius. Gebėjimas atvirai bendrauti ir siekti norimų tikslų yra pareiškėjų sprendimo socialinio brandumo požymis. Be to, šiame procese galimi įtėviai susitinka su panašaus pasirinkimo bendraminčiais. Tai yra svarbus veiksnys, padedantis pasitikrinti pasirinkimo įvaikinti tvirtumą.

Jvaikinimo procesą galima suskirstyti į tam tikrus etapus. Kiekviename iš šių etapų svarbų vaidmenį atlieka pareiškėjai. Etapai gali būti tokie: sprendimo įvaikinti priėmimas (vyksta sutuoktinių šeimoje, dažniausiai dalyviai skaito, klausosi, stebi kitų asmenų patirtį); reikalingų dokumentų rinkimas ir pateikimas vietos Vaiko teisių apsaugos skyriui (apie reikalingus dokumentus primena skyrių darbuotojai); pirminis ir formalus galimų įtėvių vertinimas; įvadiniai mokymai ir išvadų rengimas (patikrinama pasirinkimo motyvacija ir pareiškėjų gebėjimai tinkamai vykdyti pasirinktą įtėvių vaidmenį); vaiko pasiūlymas ir susipažinimas su vaiku, ryšių mezgimas (pasiūlymą pateikia Vaiko teisių skyrius pagal pareiškėjų gyvenamąją vietą, už ryšių kūrimą su vaiku visada atsakingi būsimi įtėviai) ir teismo procesas bei teismo sprendimo įsigaliojimas. Kiekviename iš šių etapų, išskyrus du paskutiniuosius, pareiškėjai gali persigalvoti dėl sprendimo, nukelti sprendimo vykdymą. Tai yra normalus ir suprantamas reiškinys, jeigu pareiškėjų yra paaiškinamas argumentais. Kiekviename etape aktyviai veikiantys asmenys yra pareiškėjai.

Jvaikinimo procesą koordinuoja, bendrauja su galimais įtėviais Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistai pagal pareiškėjų gyvenamąją vietą. Šiai įstaigai pareiškėjai pateikia reikiamus dokumentus, iš jos gauna pasiūlymus, teikia sprendimą dėl pasiūlyto vaiko.

Sprendimą dėl įvaikinimo priima apylinkės teismas pagal pareiškėjų gyvenamąją vietą arba pagal įvaikinamo vaiko kilmės vietą. Pareiškimą dėl įvaikinimo apylinkės teismui teikia būsimi įtėviai. Teismo sprendimas įsigalioja per 30 kalendorinių dienų. Galima pareiškime teismo prašyti vaiko apgyvendinimą šeimoje vykdyti nedelsiant. Tokia praktika yra naudojama ir, priėmus teismo sprendimą, tą pačią dieną vaikas apsigyvena įtėvių šeimoje. Tada belieka sutvarkyti įvaikinto vaiko gimimo liudijimą. Čia labai svarbu, kad būsimi įtėviai būtų susipažinę su vaiko svečiavimosi tvarka ir būsimų įtėvių teisėmis ir pareigomis įvairiais atvejais.

Jvaikinimo procesas nuo dokumentų pateikimo iki vaiko atėjimo į šeimą vidutiniškai trunka apie vienerius metus. Aišku, yra aplinkybių, kai šis procesas vyksta greičiau (pvz., kai norima įvaikinti kelis vaikus) arba trunka ilgiau (pvz., kai pageidaujama įvaikinti mažo amžiaus vaiką, mergaitę ar pan.).

Visuomenėje egzistuoja prieštaringas mitas, kad yra daug globojamų vaikų, o įtėviai turi laukti pasiūlymo. Todėl svarbu suprasti, kad galimi įvaikinti vaikai turi atitikti svarbius kriterijus:

Galimas įvaikinti vaikas yra ne jaunesnis kaip trijų mėnesių, įrašytas į įvaikinamų vaikų apskaitą, kurią tvarko Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba. Be to, šių vaikų atžvilgiu neterminuotai apribota tėvų valdžia **arba** tėvai yra davę sutikimą įvaikinti, tėvai nežinomi; tėvai mirę ar pripažinti mirusiais, tėvai pripažinti neveiksniais. Kaip ir buvo minėta, galimų įvaikinti vaikų sąrašą tvarko Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos. Ši tarnyba turi galimų įvaikinti vaikų sąrašą ir galimų įtėvių sąrašą. Pagal įtėvių pareikštus norus prašyme ir išvadose tarnyba per Vaiko teisių apsaugos skyrių siūlo galimą įvaikinti vaiką.

Ne visada vaikas, kurio tėvams neterminuotai apribota valdžia, gali būti siūlomas įvaikinti. Tai priklauso nuo vaiko ryšių su biologine šeima (seneliais, broliais, seserimis ar kitais giminaičiais), jo amžiaus ir paties vaiko, galinčio išreikšti savo nuomonę, sprendimo. Todėl dažnai, nors ir yra teisinis pagrindas įrašyti vaiką į galimų įvaikinti vaikų apskaitą, siūlyti jį įvaikinti konkrečiai šeimai neįmanoma, nes tai pažeistų vaiko teises ir interesus. Biologinius brolius ir seseris išskirti leidžiama tik išimtiniais atvejais, kai negalima užtikrinti brolių ir seserų gyvenimo kartu dėl jų sveikatos arba dėl įvairių aplinkybių seserys ir broliai jau buvo išskirti ir nėra galimybių užtikrinti jų gyvenimo kartu.

Jvaikinimas yra slaptas. Apie šį faktą dokumentai neviešinami. Pats įvaikintas vaikas su jais gali susipažinti kai sulaukia pilnametystės.

Įtėviams skiriama visa valstybės parama, kaip ir gimus vaikui. Nuo 2012 metų įstatymiškai numatyta galimybė įtėviams gauti apmokamas atostogas vaiko adaptacijos laikotarpiui. Tai taikoma, kai įsigalioja teismo sprendimas dėl įvaikinimo.

- **Globos (rūpybos) nustatymas reiškia vaiko priežiūros patikėjimą kitam asmeniui**, paimant vaiką iš jo šeimos ir perkeltant gyventi pas globėją (rūpintoją). Nustatant vaikui globą (rūpybą), atsižvelgiama į vaiko interesus, pirmumo teisė tapti globėjais (rūpintojais) atitenka vaiko artimiesiems giminaičiams, stengiamasi neišskirti brolių ir seserų.
- **Globa nuo rūpybos skiriasi pagal vaiko amžių:**
 - Jeigu vaiko amžius yra iki 14 metų, steigama globa ir jam skiriamas globėjas.
 - Jeigu vaikas yra vyresnis nei 14 metų, jam steigama rūpyba ir skiriamas rūpintojas.
- **Globėjo pareiga** – parengti vaiką savarankiškam gyvenimui ir socializacijos visuomenėje procesui. Globa gali būti panaikinama arba gali būti keičiamas globėjas, jei globėjas netinkamai vykdo savo pareigą arba pats atsisako dėl jam per sunkios pareigos rūpintis vaiku.
- **Lietuvoje išskiriamos dvi vaiko globos rūšys:**
 1. **Laikinoji globa** – vaikas globojamas tol, kol jo šeima panaikina globos steigimo priežastis. Laikinoji globa trunka apie vienerius metus. Ji baigiasi, kai vaikas grąžinamas į savo šeimą arba jam steigama nuolatinė globa.
 2. **Nuolatinė globa** steigama vaikui, kai jo biologiniai tėvai negeba tenkinti vaiko poreikių ir užtikrinti jo normalaus vystymosi. Vaiko laikinosios globos metu tėvų pastangas susigrąžinti vaiką stebi ir vertina socialiniai darbuotojai. Jei neįžvelgiama jokios pozityvios kaitos, vaikui skiriama nuolatinė globa.
- Esant laikinai ir nuolatinei globai, vaiko **globėjas turi užtikrinti vaiko bendravimą su biologine šeima**, jeigu tai nepažeidžia vaiko interesų, o tėvams nėra ribojamas bendravimas su vaiku dėl nusikalstamo elgesio su vaiku požymių (globa nepanaikina galimybės vaikui ir jo biologinei šeimai bendrauti).

- Tiek nuolatinio, tiek laikinojo vaiko globėju **gali tapti fizinis arba juridinis asmuo**.
- **Esminis įvaikinimo ir globos skirtumas** – įvaikinimas sukuria abipusius civilinius, turtinius ir kitus įsipareigojimus kaip ir gimstant vaikui. Įvaikinimo procesas nuo dokumentų pateikimo iki vaiko atėjimo į šeimą vidutiniškai trunka apie vienerius metus.
- **Ne visi vaikai gali būti įvaikinami**. Galimi įvaikinti vaikai turi būti ne jaunesni kaip 3 mėn., įrašyti į įvaikinamų vaikų apskaitą, jų tėvų valdžia neterminuotai apribota arba jie davę sutikimą įvaikinti, taip pat jei tėvai nežinomi, mirę, pripažinti neveiksniais.
- **Globėjai ir įtėviai turi atitikti šiuos reikalavimus:**
 - **Amžius**. Įtėvių atveju: nuo pilnametystės iki 50 metų; skirtumas tarp įtėvių ir įvaikinamo vaiko turi būti ne mažesnis nei 18 metų. Globėjų atveju: nuo 21 iki 65 m.
 - **Teistumas**. Negali būti bausti už tyčinius ar smurtinius nusikaltimus.
 - **Sveikata**. Pareiškėjai turi būti veiksniūs ir sveiki.
 - **Tinkamų gyvenimo sąlygų vaikui užtikrinimas**.
 - **Specialūs reikalavimai**. Turi būti baigę įvadininius globėjų ir įtėvių mokymus bei turintys palankias GIMK mokytojų vertinimo išvadas.



2. TAPIMAS ĮTĖVIU ARBA GLOBĖJU

2.1. ĮTĖVIŲ IR VAIKO GLOBĖJŲ RENGIMAS PAGAL GLOBĖJŲ IR ĮTĖVIŲ RENGIMO PROGRAMĄ – GIMK

Iki 2008 metų Lietuvoje įtėvių ir globėjų atranka, rengimas ir pagalba jų šeimoms buvo daugiau chaotiško pobūdžio. Atskiros savivaldybės taikė įvairią praktiką: nuo pareiškėjų formalaus įvertinimo (tai dažniausiai atlikdavo Vaikų teisių apsaugos skyrių specialistai) iki globėjų ir įtėvių mokymų pagal įvairias programas. Šio meto išskirtinis pagrindinis bruožas – skirtingos praktikos taikymas atskirose savivaldybėse.

Nuo 2008 metų Lietuvoje pradėta taikyti vieninga globėjų ir įtėvių atrankos, įvertinimo ir pagalbos teikimo sistema, paremta PRIDE programa. PRIDE programos pavadinimas sudarytas iš pirmųjų anglišų žodžių junginio (Parent resources for informatikon development education) raidžių. Lietuviškai tai reiškia: „Tėvų informacijos bei tobulinimosi ir mokymosi šaltinis“. Ši programa 2007 metais įsigyta iš JAV, adaptuota Lietuvai ir nuo 2008 metų pradėta praktiškai taikyti. Nuo 2012 metų PRIDE programa vadinama GIMK (Globėjų ir įtėvių mokymas ir konsultavimas). Ši programa taikoma daugelyje Europos šalių ir yra sukaupęs didelis praktinis patyrimas ją taikyti.

GIMK programos tikslas – dalytis svarbia informacija su būsimais globėjais ir įtėviais, kad jie galėtų tapti tinkami globėjai ir įtėviai. Programoje numatytos tokios formos su globėjais ir įtėviais: grupiniai užsiėmimai, individualus bendravimas, individualios konsultacijos.

GIMK programa parengta praktiškai taikyti dviem etapais. Kiekvienu etapu programa kelia skirtingus tikslus, yra skirtingas dalyvių statusas. Bendra yra tai, kad programa įgyvendinama per grupinius mokymus. Pagrindiniai mokymų objektai yra globojamo ar įvaikinto vaiko poreikiai ir jų tenkinimas bei įtėvių ir globėjų pagrindinių gebėjimų ugdymas.

Pirmasis etapas vadinamas įvadiniais būsimų globėjų ir įtėvių mokymais. Šiam etapui keliama tokie tikslai: padėti pasitikrinti pareiškėjams savo sprendimo

tvirtumą bei gebėjimus jį įgyvendinti. Sakoma, kad šiame etape pareiškėjai „dar kartą matuojasi savo pasirinkimą“ ir įsivertina pasirinkimo tinkamumą. Jame dalyvauja asmenys, nusprendę tapti globėjais ar įtėviais ir jau pateikę dokumentus Vaiko teisių apsaugos skyriui bei atitinkantys formalius reikalavimus. Įvadinius mokymus sudaro dešimt užsiėmimų grupėje. Per mokymus būsiami globėjai ir įtėviai susipažįsta su procedūromis, galimų įvaikinti ar globoti vaikų poreikiais, išgyvenimais, auklėjimo metodais, pokyčiais pareiškėjų asmeniniame gyvenime atėjus vaikui į šeimą. Visų užsiėmimų metu dalyviams keliama klausimai: „Kodėl jie nori globoti ar įvaikinti?“ ir „Ar jie turi gebėjimų šį norą, globoti ar įvaikinti, praktiškai įgyvendinti?“ Kitaip tariant, dalyviams sudaromos sąlygos dar kartą patikrinti savo pasirinkimą ir jo įgyvendinimo galimybes. Programoje nekalbama apie dalyvius kaip apie „gerus žmones“, bet kalbama apie jų savybes ir gebėjimus. **GIMK programa visada atstovauja vaikui ir jo interesams bei siekia padėti vaikui surasti šeimą.** Šis principas yra labai svarbus mokytojams formuojant darbo nuostatas GIMK. Mokymų metu siekiama, kad tai įsisąmonintų dalyviai ir šio principo laikytųsi ateityje. Įvadinius mokymus veda atestuoti GIMK mokytojai. Tai yra socialiniai darbuotojai, psichologai, baigę specialius kursus pagal GIMK programą.

Per mokymus naudojami įvairūs pratimai, žiūrimi filmai, žaidžiamos situacijos, dalyviams užduodama namų darbų. Įvadinių mokymų metu aptariamos tokios temos:

Įvadas į Globėjų ir įtėvių rengimo programą GIMK. Šioje temoje dalyviai supažindinami su GIMK programos tikslais, dalyviams paaiškinami teisiniai ir procedūriniai dalykai. Pristatomi globėjams ir įtėviams būtini gebėjimai.

Komandinis darbas užtikrinant vaiko stabilumą. Kalbama apie šeimos svarbą užtikrinant stabilumą vaiko gyvenime. Dalyviai analizuoja asmeninį patyrimą. Pristatoma genogramos reikšmė, stiprinant ir pažįstant savo ir vaiko šeimą.

Atviras kalbėjimas su globojamu ar įvaikintu vaiku. Šioje temoje ypatingas dėmesys skiriamas tam, kad yra svarbu kalbėti su globojamu ar įvaikintu vaiku apie jo biologinę kilmę. Labai svarbu būsiamiems globėjams ir įtėviams suprasti,

kad nepagarbus jų elgesys vaiko biologinei šeimai trukdo kurti su vaiku ilgalaikius ryšius. GIMK programoje akcentuojama nuostata, kad įvaikinti ar globojami vaikai turi dvejus tėvus: tuos, kurie juos pagimdė, ir tuos, kurie užaugino. Ši nuostata padeda globėjams ir įtėviams tinkamai nukreipti savo elgesį globojamo ar įvaikinto vaiko atžvilgiu.

Raidos poreikių tenkinimas. Ryšiai. Pristatomi ir aptariami galimų globoti ar įvaikinti vaikų raidos etapai, turima jų gyvenimo patirtis ir jau išmokti socialiniai įgūdžiai. Ši tema labai svarbi norint suprasti globojamų ar įvaikintų vaikų kai kuriuos elgesio modelius.

Raidos poreikių tenkinimas. Netektys. Šioje dalyje dalyviai prisimena savo išgyventas netektis, patirtus jausmus. Akcentuojama, kad ateinantis į jų šeimą vaikas taip pat yra patyręs šeimos netektį. Svarbu dalyviams suprasti, kad ateinantis į jų šeimą vaikas nepriima šeimos kaip „savaimė suprantamos gerovės“. Būsiamiems globėjams ar įtėviams, dar neišgyvenusiems netekties, nerekomenduojama tapti globėjais ar įtėviais. Nevaisingumas yra viena iš netekčių.

Savivertė ir šeimos ryšių stiprinimas. Aptariama, kad vaiko savivertei stiprinti didelę reikšmę turi „vientisa jo gyvenimo istorija“. Todėl ypač akcentuojama vaiko praeities nusiėmimo, nepagarbaus kalbėjimo apie vaiko šeimą žala vaiko savivertei. Globėjų ir įtėvių pareiga – padėti atrasti ir priimti vaikui tapatumo jausmą, suprantant jo gyvenimo istoriją ir įvykius.

Auklėjimas. Aptariama sutuoktinių bendrų taisyklių taikymo ir laikymosi svarba vaiko gyvenime, bausmių ir pasekmių reikšmė vaiko auklėjime.

Pastovių ryšių stiprinimas. Šioje dalyje daugiausia dėmesio skiriama globėjų ir įtėvių vaidmeniui, teikiant paramą vaikui, jam sprendžiant vidinius lojalumo konfliktus, išprovokuotus globos ar įvaikinimo faktų. Ypač globėjai turi suprasti, kad pasikeitus aplinkybėms vaikas gali grįžti į šeimą. Jų pareiga – remti vaiką, jo grįžimą į šeimą, padėti jam susitaikyti bei priimti šias situacijas. Įtėvių šeimose šis klausimas dažniausiai iškyla, kai vaikas sulaukia paauglystės.

Pasiruošimas pokyčiams. Permainų planavimas. Pratimais ir žaidimais leidžiama dalyviams suprasti, kad vaiko atėjimas į jų šeimą palies visus šeimos narius,

visas šeimos gyvenimo sritis. Todėl labai svarbu tam pasiruošti, įtraukiant visus artimuosius, planuoti iš anksto galimus pokyčius ir pasekmes. Tai liečia atostogas, darbo laiką, laisvalaikį, galima nusistovėjusios rutininės veiklos šeimoje kaita.

Sąmoningo sprendimo priėmimas. Tai paskutinis užsiėmimas. Dalyviai jau turėtų būti gavę atsakymus į savo klausimus, išsiaiškinę iškilusius neaiškumus, išsakę nerimus ar abejones bei priėmę sprendimus dėl tolesnių veiksmų.

Per įvadininius mokymus ir po jų vyksta individualūs GIMK mokytojų susitikimai su pareiškėjais jų namuose arba tam tinkamose vietose, aptariama ir analizuojama pareiškėjų gyvenimo patirtis, turimi jų įgūdžiai, pasirinkimo motyvacija, išgyventos netektys, lūkesčiai būsimam vaikui.

Įvadiniai mokymai baigiasi GIMK mokytojų parengtomis išvadomis, kuriose aptariamos dalyvių galimybės tapti globėjais ar įtėviais. Išvados yra rekomendacinio pobūdžio. Jose gali būti rekomenduojama arba nerekomenduojama pareiškėjams tapti globėjais ar įtėviais. Išvadose pateikiama bendra informacija apie pareiškėjus, jų gebėjimų būti globėjais ar įtėviais analizė. Išvados rengiamos aktyviai dalyvaujant pareiškėjams. Išvadų rengimo procesu siekiama kartu su pareiškėjais atvirai aptarti jų gebėjimus, pateikiant jų stipriąsias ir silpnąsias puses. Pareiškėjai, susipažinę su tekstu, pasirašo po išvadomis. Išvados pateikiamos Vaiko teisių apsaugos skyriui pagal pareiškėjų gyvenamąją vietą.

Antrojo GIMK programos etapo dalyviai yra globėjai ir įtėviai, jau globojantys ar įvaikinę vaikus. Šio etapo tikslas yra teikti pagalbą globėjų ar įtėvių šeimoms, pagilinant jų turimas žinias apie vaikų poreikių atpažinimą ir jų tenkinimą, vaiko savijautos ir išgyvenimų ypatumus. Šiuose užsiėmimuose dalyviai gali analizuoti savo veiksmus, asmeninį patyrimą, ieškoti būdų, kaip spręsti esamas problemas. Tęstiniai mokymai yra viena iš pagalbos globėjams ir įtėviams formų. Globėjų ir įtėvių įvadiniai ir tęstiniai mokymai vyksta grupėse, patogiu dalyviams laiku. Dalyvius į mokymus nukreipia Vaikų teisių apsaugos skyriai pagal dalyvių gyvenamąją vietą. Galima tęstinius mokymus lankyti ir savo iniciatyva. Labai svarbu, kad tęstiniuose mokymuose dalyvautų abu sutuoktiniai. Mokymus veda skyrių socialiniai partneriai, atestuoti GIMK mokytojai.

Procesą nuo to momento, kai dalyviai nusprendžia globoti ar įvaikinti vaiką, iki vaiko atėjimo į šeimą ir jo adaptacijos šeimoje galima būtų skirstyti į tokius etapus: sprendimo įvaikinti ar globoti priėmimo poroje/šeimoje; formalių dokumentų pateikimas Vaiko teisių apsaugos skyriui; įvadiniai mokymai (dažniausiai trunka 10 savaitių, 1 k./sav.); išvadų rengimas ir derinimas su pareiškėjais; vaiko pasiūlymo laukimas; apsisprendimas dėl pasiūlyto vaiko; susipažinimas su pasiūlytu vaiku ir ryšių mezgimas; dokumentų tvarkymas teismui; teismo sprendimo įsigaliojimo laikotarpis; vaiko atvykimas į šeimą ir adaptacijos šeimoje laikotarpis. Visi šie etapai sudaro nuoseklų socialinį procesą, kuriame dalyvauja tiek suaugusieji, tiek vaikai. Labai svarbu, kad šis procesas būtų nuoseklus, vedamas motyvų ir sprendžiamas profesionaliai. Už šio proceso sėkmę visada atsakingi globėjai ir įtėviai.

2.2 REIKALAVIMAI GLOBĖJAMS IR ĮTĖVIAMS: PASIRINKIMO MOTYVAI, ŽINIOS IR PRIVALOMI GEBĖJIMAI

Lietuvos Respublikos civilinio kodekso trečiojoje knygoje „Šeimos teisė“ yra apibrėžti formalūs reikalavimai asmenims, norintiems tapti vaiko globėjais ar įtėviais. Šalia šių formalių reikalavimų yra keliami bendrieji reikalavimai, susiję su globėjų ir įtėvių pasirinkimo motyvacija bei jų gebėjimais.

Motyvai (kodėl noriu tapti globėju ar įtėviu) yra viena iš centrinių objektų įvadininių mokymų metu bei vertinant globėjus ir įtėvius. Aptariant pasirinkimo motyvus, tikslinga atskirti įtėvių ir globėjų pasirinkimo motyvus. Praktikoje šių dviejų grupių motyvai neretai skiriasi pagal procentinę sudėtį, nors jie ir yra panašūs. Dažniausi pasirinkimo globoti ar įvaikinti vaikus pateikiami motyvai yra: vieno iš sutuoktinių nevaisingumas arba negalėjimas poroje susilaukti vaikų; savo vaikų praradimas ir baimė gimdyti; socialinis aktyvumas ir noras padėti tėvų paliktiems vaikams, pareigos jausmas.

Dažniausiai noro įsivaikinti vyraujantis motyvas yra pareiga ir atsakomybė už vaiko ateitį. Tai yra globėjų grupė, kuri sutinka ir nori globoti savo giminaičių vaikus. Dažniausiai tokie giminaičiai yra seneliai, dėdės/tetos, krikšto tėvai. Kitas vyraujantis motyvas yra „noras užpildyti tuščius namus“. Tai palyginti jauno amžiaus žmonės, kurie užaugino savo vaikus ir dar turi jėgų realizuoti save tėvystėje, priimdami svetimus vaikus į savo šeimą. Atskirai globėjų grupei būdingas ir socialinio jautrumo motyvas. Šios grupės motyvas tapti globėju – noras padėti šeimos netekusiam vaikui ir būti socialiai aktyviems sprendžiant socialines problemas. Paskutinis dažniau pasitaikantis motyvas tapti globėjais yra poros nevaisingumas.

Dažniausias norinčiųjų tapti įtėviais motyvas yra noras realizuoti save tėvystėje, kai pora negali susilaukti vaikų. Nevaisingumas yra dažniausia priežastis įvaikinti vaiką, o motyvas – noras realizuoti save tėvystėje. Kitai įtėvių grupei būdingas socialinio jautrumo motyvas. Nors pora yra susilaukusi savo vaikų, jų šeima yra atvira ir tėvų netekusiam vaikui.

Taigi dažniausiai globėjų ar įtėvių motyvai yra jų poreikis realizuoti save tėvystėje, socialinis jautrumas ir atsakomybės jausmas už giminaičių vaikus. Be abejo, šiuos motyvus sustiprina pareiškėjų noras padėti vaikui, noras tapti socialiai aktyviais piliečiais. Be to, globėjai ir įtėviai visuomenėje turi tam tikrą pozityvaus statuso priedą. Čia svarbų vaidmenį vaidina socialinė reklama, visuomenėje susiformavęs požiūris ir pan.

Svarbu yra tai, kad motyvą pareiškėjai pasitikrintų per tam tikrą laiką. Netinkamas yra noras tapti globėju ar įtėviu išgyvenus vaiko netektį, nevaisingumą, vaisiaus netektį ar tikintis išspręsti kitas asmenines ar esamas šeimoje problemas. Dažnai tokiose šeimose vaikas užima kažkieno kito vietą, tapatinamas su kitu ar tampa santykių šeimoje reguliavimo įrankiu. Šiais atvejais nerekomenduojama asmenims tapti globėjais ar įtėviais.

Svarbu, kad pareiškėjai, nusprendę tapti globėjais ar įtėviais, nuolat „dirbtų“ su šia idėja. Pirmiausia reiktų priimti pačią įvaikinimo ar vaiko globos sąvoką, suprasti jos reikšmę ir susieti su savo lūkesčiais. Todėl darbas su savimi reiškia labai paprastus dalykus: domėjimąsi įvaikinimo ar globos patirtimi, įstatymais,

kalbėjimą apie tai savo poroje ar šeimoje, svarstymą apie vaidmenis ir lūkesčius. Pasirinkimas tapti įtėviu ar globėju yra savanoriškas. Tačiau svarbu suprasti, kad globėjams ir įtėviams keliami šiek tiek kitokie reikalavimai nei porai, natūraliai besilaukiančiai vaiko. Globos ar įvaikinimo atvejais į šeimą ateina jau netektį, atstūmimą patyręs vaikas, dažnai emociškai traumuotas. Būtent tokiems vaikams ieškoma šeima. Globėjai ir įtėviai turės kompensuoti vaiko emocinę tuštumą, padėti jam susitvarkyti su netektimis, padėti atrasti tapatumo jausmą bei adaptuotis naujoje šeimoje. Atėjimas į globėjų ar įtėvių šeimą vaikui yra didžiulis iššūkis. Todėl būsimiems globėjams ir įtėviams keliami didesni reikalavimai.

Beje, turimas profesinis išsilavinimas niekaip nesietinas su noru tapti globėju ar įtėviu. Dažnai GIMK kursai vadinami įvadu į tėvystę kursais. Tai yra pradžią pradžiai. Šiai pradžiai būtinas tvirtas pagrindas, ant kurio kursis vaiko ir šeimos ateities gerovė.

GIMK programoje išskiriamos penkios gebėjimų grupės, kurios būtinos būsimiems globėjams ar įtėviams.

Saugios aplinkos užtikrinimas ir fizinių poreikių tenkinimas. Šis gebėjimas siejamas su pareiškėjų namų aplinka, mitybos, laisvalaikio įpročiais. Atkreipiamas dėmesys, kad namų aplinkos saugumas suvokiamas ne tik kaip fizinis saugumas. Emocinė namų aplinka, tarpasmeniniai santykiai, gebėjimai planuoti laiką ir vykdyti rutinines veiklas yra vieni iš svarbiausių šio gebėjimo atspindžių.

Vaiko raidos poreikių tenkinimas bei raidos sunkumų kompensavimas. Šis gebėjimas siejamas su pareiškėjų gyvenimo patirtimi, netekčių išgyvenimais, turima vaikų priežiūros ir auginimo patirtimi. Svarbu yra tai, kad atėjus vaikui į šeimą, pareiškėjų pareiga yra intensyviai ir nuosekliai bendrauti su vaiku, juo rūpintis ir padėti jam įveikti nesaugumo jausmą. Svarbu suprasti, kad vaikui reikia laiko suvokti naujųjų namų aplinkos taisykles, ypatumus.

Vaiko ryšių su biologine šeima užtikrinimas. Tai yra sunkiausiai suprantamas ir priimamas gebėjimas. Svarbu priminti, kad globėjams yra keliami pareiga užtikrinti globojamam vaikui bendravimą su biologine šeima. Įtėviams nėra tokio oficialaus reikalavimo. Tačiau GIMK programoje akcentuojama, kad kuriant san-

tykius, būtina padėti vaikui sukurti nuoseklų jo gyvenimo vaizdą. Todėl svarbu įtėviams ir globėjams rinkti informaciją apie vaiko praeitį ir ją atsargiai pateikti vaikui. „Vaiko nusavinimas“ trukdys jam kurti savo identitetą.

Pagalba vaikui užmezgant saugius ir patvarius ryšius. Gebėjimas siejamas su pareiškėjų gyvenimo patirtimi, jų tarpasmeniniais santykiais šeimoje, su tėvais, artimaisiais. Svarbu yra tai, kad pareiškėjai apie savo ketinimus globoti ar įvaikinti vaiką būtų informavę artimiausius žmones. Pareiškėjų artimųjų ratas vėliau taps ir atėjusio vaiko artimaisiais.

Bendradarbiavimas sprendžiant vaiko ir šeimos problemas. Svarbu suvokti, kad atėję vaikai gali turėti labai specifinių problemų, keistos gyvenimo patirties, patyrę įvairių traumų, emociškai ir pedagogiškai apleisti. Todėl šiuo gebėjimu išreiškiamas pareiškėjų atvirumas bendradarbiauti su specialistais, sprendžiant vaiko problemas, laikytis jų rekomendacijų. Atkreiptinas dėmesys, kad globėjai privalo bendradarbiauti su Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistais sudarant globos planus. Globos priežiūra yra vykdoma visą laiką, kol globa pasibaigs.

Apie šiuos gebėjimus kalbama visų įvadininių mokymų ir individualių susitikimų metu, šie gebėjimai vertinami ir aprašomi išvadose.

Norėtusi grįžti prie kai kurių gebėjimų dar kartą. Didžioji dalis dalyvių sunaikiausiai priima GIMK programos nuostatą apie vaiko biologinės kilmės (tėvų) pozityvaus priėmimo svarbą. Mokymų pradžioje dalyviai dažniausiai neigiamai atsiliepia apie tuos tėvus, kurie palieka vaikus. GIMK programa teigia, kad įvaikinimo ar globos atveju vaikas visada turi dvejus tėvus: tuos, kurie pagimdė, ir tuos, kurie jį užaugino. Todėl priimant vaiką į šeimą būtina priimti jo praeitį, nekonkuruoti su vaiko biologiniais tėvais. Įvaikinimas ar globos nustatymas vaiko suvokime turėtų integruotis į jo gyvenimo istoriją.

Dalyviai turi suvokti galimas savo elgesio pasekmes vaiko elgesiui, savijautai bei kuriamiems santykiams tarp vaiko ir globėjų bei įtėvių. Užuoat smerkus vaikus praradusius tėvus, rekomenduojama atkreipti dėmesį į labai realias tokių įvykių priežastis. Tai tėvų priklausomybių ligos, netinkama jų socialinė aplinka ar prarasti jgūdžiai ir motyvacija, susiklosčiusios aplinkybės ir pan. Pareiškėjų parei-

ga – suprasti ir laikytis pozicijos, kad vaiko biologiniai tėvai suteikia vaikui gyvybę, o globėjams ir įtėviams suteikia galimybę patirti tėvystės jausmus. Nederamai kalbėdami apie vaiko biologines šaknis, padedame vaikui pradėti blogai save vertinti. Dažnai teigiama, kad tėvai yra viena istorijos dalis, o vaikas – visai kita. Tačiau žmogaus tapatumo raiška visais atvejais susijusi su biologine kilme. Todėl GIMK programoje šį klausimą siūloma spręsti ieškant bendrumo ir tęstinumo.

2.3 FIZINIAI STANDARTAI GLOBĖJŲ IR ĮTĖVIŲ NAMŲ APLINKAI

Galvojant apie norą tapti globėju ar įtėviu, būtina įsivertinti savo gyvenamąjį būstą ir jo aplinką. Būsimiems globėjams taikomi konkretaus ploto reikalavimai būstui, įtėvių šeimoms tokių konkrečių reikalavimų nėra. Tačiau vertinant pareiškėjų gebėjimus, vertinamas ir jų gyvenamasis būstas, aplinka. GIMK programoje vienareikšmiškai teigiama, kad ieškoma vaikui šeima, gebanti geriausiai tenkinti jo poreikius. Praktikoje tai reikštų, kad gyvenamajame būste vaikui bus skirta atskira erdvė ir išsaugomas jo privatumas, gyvenamajame būste nėra žmogaus gyvybei keliančių pavojų šaltinių (nebaigti remonto darbai, atviri elektros šaltiniai, atviros erdvės ir pan.). Būstas yra vaikui saugioje ir saviraišką skatinančioje aplinkoje, šalia namo yra zonos poilsiui, žaidimams.

Svarbu akcentuoti tai, kad nekeliami prabangos reikalavimai pareiškėjų namams.

Aptariant reikalavimus galimų globėjų ir įtėvių namams, akcentuotina šeimos buitinių sąlygų, ateities planų perspektyvos svarba. Ši perspektyva dažnai siejama su pareiškėjų darbine veikla ir pajamomis.

Be standartinių reikalavimų aplinkai, daug dėmesio skiriama būsimų globėjų ar įtėvių šeimų emocinei aplinkai. Tai yra: pareiškėjų tarpusavio santykiai ir gebėjimai priimti sprendimus kartu, pareigų pasiskirstymas, gebėjimas skirti laiko laisvalaikiui, asmeniniams pomėgiams ir hobiui, santykiams su artimaisiais. Čia svarbų vaidmenį vaidina ir pareiškėjų emocinė būsena, jų praeities įvykiai.

2.4 GLOBĖJŲ (RŪPINTOJŲ) IR ĮTĖVIŲ FUNKCIJOS IR ATSAKOMYBĖ

Svarbu yra žinoti, kokios yra globėjų ir įtėvių pareigos ir atsakomybės įvairiais tapimo globėju ar įtėviu etapais.

Viena iš pagrindinių pareigų – rūpintis vaiku. Rūpintis vaiku reiškia: pastebėti vaiko poreikius ir tenkinti juos tinkamiausiu būdu, kurti emocinius ryšius, sudaryti palankias emocines sąlygas vaikui tobulėti.

Globos nustatymo ar įvaikinimo atvejais suaugusiųjų atsakomybė yra inicijuoti, modeliuoti ir kurti ryšius bei santykius su vaikais. Praktikoje dažnai girdima, kad vaikas „neina į kontaktą“, nepriima pareiškėjų. Šiuo atveju rekomenduotina pareiškėjams apmąstyti, ką daro ne taip, ko vaikas dar nežino apie juos ar bijo, susipažinti ir įvertinti vaiko patirtį ir pan. GIMK programoje atsakomybė už santykių kūrimą su vaiku vienareikšmiškai skiriama suaugusiems asmenims. Taigi santykių kūrimo procesą, pasirenkant tinkamus metodus ir būdus pagal vaiko amžių, inicijuoja ir vykdo suaugusieji.

Pareiškėjai yra atsakingi už vaiko pažinimą, naudojant tam tinkamas priemones ir nepažeidžiant vaiko interesų. Praktikoje pažinti vaiką būsimiems jo globėjams ar įtėviams padeda vaikų socialinės globos namų darbuotojai, surinkta formali informacija apie vaiko gyvenimą, įvykusius labai jam svarbius faktus. Pareiškėjų atsakomybė yra saugiai naudoti turimą informaciją apie vaiką. Reikėtų įsidėmėti, kad eiti į kontaktą su vaiku neturint vidinio atsakymo dėl sprendimo tikrumo yra pakankamai emociškai sunku tiek vaikui, tiek suaugusiems. Todėl suaugusiųjų pareiga yra saugiai vaiko atžvilgiu priimti pagrindinius sprendimus ir ieškoti būdų, kaip juos įgyvendinti.

Būsimų globėjų ar įtėvių pagrindinės funkcijos ir atsakomybės skirtingais globos nustatymo ar įvaikinimo etapais:

Apsisprendimo ir įvadinių mokymų etapo pareiškėjų pagrindinė funkcija – pasitikrinti savo pasirinkimo tikrumą ir jam įgyvendinti reikalingų gebėjimų tvir-

tumą. Pareiškėjų atsakomybė – atvirai pateikti reikalingą informaciją apie save, savo patirtį, sprendimo motyvaciją.

Pasiūlymo svarstymas ir susipažinimas su vaiku. Šiuo metu pareiškėjų pagrindinės funkcijos yra pažinti vaiką ir suprasti jo poreikius. Kartu jie turi prisiimti atsakomybę už pastangas pažinti vaiką, už vaiko jausmų gerbimą ir saugų informacijos apie vaiką naudojimą.

Santykių kūrimas su vaiku, vaiko adaptacija. Globėjų ir įtėvių funkcijos yra sukurti vaikui saugią aplinką ir ją pristatyti vaikui. Pristatant vaikui naujus namus, svarbu parodyti ne tik namus, bet ir supažindinti su juose galiojančiomis taisyklėmis, įpročiais ir pan. Globėjai ir įtėviai atsakingi už vaikui emociškai ir fiziškai saugios aplinkos sukūrimą. Svarbu, kad ateinantis į šeimą vaikas būtų priimtas visos šeimos artimiausių narių: biologinių vaikų, senelių, dėdžių/tetų. Būsimų globėjų ir įtėvių pareiga – pranešti artimiesiems apie savo sprendimą. Kad artimieji suvoktų tokio sprendimo pasekmes, pamatytų savo vaidmenį vaiko gyvenime, jiems reikalingas laiko tarpas. Todėl būsimų globėjų pareiga – laiku apie savo sprendimus pradėti kalbėtis su savo artimaisiais.

2.5 GLOBĖJŲ (RŪPINTOJŲ) IR ĮTĖVIŲ TEISĖS

Asmenys, norintys tapti globėjais ar įtėviais, turi pasirinkimo laisvę. Tai reiškia, kad asmenys, nusprendę tapti įtėviais ar globėjais, gali pasirinkti norimo globoti vaiko amžių, lytį, vaikų skaičių. Pareiškėjai turi teisę savo pasirinkimą tikslinti, keisti. Geriausia, kad pakeitimai būtų įvardinti iki GIMK mokytojų išvadų parengimo pabaigos. Galimi pasirinkimo pakeitimai ir vėlesniais etapais, pavyzdžiui, laukiant pasiūlymo. Praktikoje tai nutinka. Yra svarbu laiku išsakyti savo abejones ar pasikeitimus.

Dažniausiai būsimi pareiškėjai nori globoti ar įvaikinti mažą vaiką, iki vienerių metų amžiaus, moteriškos lyties (labai dažnai). Savo pasirinkimą argumentuo-

ja, kad vaikas bus mažiau patyręs netekčių, amžius tinkamas megzti emocinius ryšius. Mergaitės pareiškėjai dažniau renkasi manydami, kad jos yra „patogesnės“ auklėti, prižiūrėti ir pan. Dažniausiai nori globoti ar įvaikinti vieną vaiką.

Po tam tikro laiko pareiškėjai dažnai „padidina“ norimo globoti ar įvaikinti vaiko amžių, vaiko lyčiai nebeskiria prioritetų, o neretai apsisprendžia globoti ar įvaikinti du vaikus (Lietuvoje tai didžiausias vienu metu įvaikinamų vaikų skaičius).

Globos nustatymo ir įvaikinimo procesas numato pareiškėjams teisę susipažinti su vaiko sveikata, jo gyvenimo istorija. Būsimo globotinio ar įvaikio sveikata – viena iš labiausiai pareiškėjams nerimą keliančių sričių. Pareiškėjai turi teisę nurodyti, kokiomis ligomis sergančių vaikų jie nenorėtų globoti ar įvaikinti. Dažniausiai minimos tokios ligos: „alkoholizmo sindromas“, „narkotikų abstinencija“, protinė negalia, kai kurios fizinės vaiko negalios. Tačiau pareiškėjai turi suprasti, kad vaiko raidos sutrikimai tiesiogiai susiję su jo gyvenimo patirtimi. Vėluojančią vaiko raidą galima puikiai „išgydyti“ aktyviai ir kūrybiškai bendraujant.

Būsimi globėjai ar tėviai turi teisę prašyti papildomų pasiūlyto vaiko sveikatos, raidos vystymosi, intelekto tyrimų, jeigu jie nebuvo atlikti. Tokią teisę turi pareiškėjai, kuriems siūlomas konkretus vaikas. Tai gali būti daroma apsisprendimui dėl pasiūlymo skirtu laikotarpiu.

Pareiškėjai turi teisę sužinoti vaiko gyvenimo istoriją, svarbias gyvenimo detales. Tokią informaciją gali suteikti Vaiko teisių apsaugos skyriai ar vaikų socialinės globos įstaigų darbuotojai. Svarbi informacija yra apie vaiko šeimą, patirtus ir išgyventus jausmus, vaiko pomėgius, įpročius. Manoma, kad atėjęs į šeimą vaikas greitai ten elgsis ir jausis kaip nori pareiškėjai. Tai nėra teisinga nuomonė. Nereiktų akcentuoti „perauklėjimo“ idėjos. Vaikas įgauna naujų įgūdžių per tam tikrą laiką.

2.6. KAIP PAAIŠKINTI APIE GLOBOJAMĄ AR ĮVAIKINAMĄ VAIKĄ KITIEMS ŠEIMOJE AUGANTIEMS VAIKAMS?

Priimant sprendimą globoti ar įvaikinti vaiką, būtina įtraukti į šį procesą visus šeimos narius. Vyrauja klaidinga nuomonė, kad maži vaikai dar nieko nesupranta ir su jais dažniausiai apie tėvų sprendimus nekalbama. Vaikai turi teisę žinoti apie tėvų sprendimą, motyvus. Idealiausias variantas, kai suaugusieji apie savo sprendimus atvirai kalba su visais šeimos nariais. Svarbu yra ne vaikams leisti „nuspręsti“ už tėvus, o įtraukti vaikus į sprendimo priėmimo procesą.

Atsižvelgiant į šeimoje gyvenančių vaikų amžių, tėvai turėtų „konstruoti“ pokalbius su vaikais. Vaikai tikisi paprastos informacijos. Klaidinga mintis sakyti vaikui, kad ateinantis vaikas bus jam kaip „žaisliukas“ ar „draugas“. Ateinančiam vaikui būtina iš anksto numatyti tikslą jo statusą šeimoje: sesuo, brolis. Kalbant su vaikais šeimoje apie sprendimą, reiktų orientuotis į tai, kodėl toks sprendimas priimtas, kas pasikeis šeimoje. Dar svarbu vaikams žinoti, kas nutiko ateinančio vaiko šeimai, kokiomis teisėmis vaikas gyvens šeimoje.

Pokalbiai šeimoje apie sprendimą turi būti tęstiniai, pasikartojantys. Prie jų turi būti grįžtama nuolat. Vaikai gali bijoti klausti tėvų, kalbėti apie tai dėl lojalumo konflikto. Suaugusieji turi inicijuoti ir pasirengimą ateinančiam vaikui priimti. Tai reikštų paprastus buitinius dalykus: aptarti, kur vaikas miegos, kaip bus su jau esamų vaikų asmeniniais daiktais. Reiktų vengti, kad priimančios šeimos vaikų asmeniniai daiktai būtų perleidžiami ateinančiam vaikui. Tačiau puiku ir skatintina, kai vaikai patys nusprendžia, ką gali atiduoti būsimam broliui ar seseriai. Taigi kalbėjimas su savo vaikais šeimoje yra taip pat labai atsakingas ir sudėtingas procesas. Netiktų užkrauti vaikų pareigomis, susijusiomis su ateinančiu vaiku.

Nereiktų „manipuliuoti“ tėvams savo sprendimu. Ateinantis vaikas ar vaikai taps šeimos dalimi, taigi ir čia gyvenantys vaikai patiria ne mažesnę stresą nei ateinantys.

2.7 SUSIPAŽINIMAS SU VAIKU: RYŠIO UŽMEZGIMAS PRIEŠ PIRMĄJĮ SUSITIKIMĄ, PIRMASIS SUSITIKIMAS, VAIKO LANKYMAI IKI PERKĖLIMO Į ŠEIMĄ

Kaip jau buvo užsiminta, tapimas globėju ar įtėviu yra nuoseklus socialinis procesas. Norėtusi dar kartą akcentuoti, kad šiame procese pagrindiniais veikėjais, iniciatoriais visada yra suaugusieji.

Ryšio mezgimas su būsimu globotiniu ar įvaikiu turėtų prasidėti nuo sprendimo globoti ar įvaikinti priėmimo. Pareiškėjai, galvodami, svajodami apie būsimą vaiką, jau kuria savyje tėvystės jausmą. Kartu su tėvystės jausmu turėtų būti kuriamas ir atsakomybės už ateinančio vaiko ateitį ir priėmimą jausmas. Dažniausiai pareiškėjai turi savanaudiškų tikslų: būti tėvais, būti pilnaverte šeima. Tai nėra blogas jausmas. Tik vertėtų gilintis į tai, ką tai reiškia vaikui. Svarbu dirbti su vaiko istorijos priėmimu. Jos dažnai nėra gražios ar patogios mūsų gyvenimui. Kita vertus, gailestis dėl vaiko patirtų traumų nėra tinkamas palydovas.

Pirmas pareiškėjų susipažinimas su vaiku dažniausiai yra neformalus, nedalyvaujant vaikui tiesiogiai. Tai yra susipažinimas iš pateiktos pasiūlyme informacijos. Ten yra informacija apie vaiko sveikatą (išrašas iš vaiko sveikatos bylos), trumpa vaiko gyvenimo istorija su svarbiausiais faktais ir vaiko nuotrauka. Rekomenduotina šiame etape gerai įsiskaityti į dokumentuose pateiktą informaciją. Jeigu yra nesuprantamų sąvokų, galima konsultuotis su specialistais. Visiškai normalu pasitarti su nepriklausomais gydytojais, ką reiškia įrašai vaiko byloje, kokios pagal įrašus yra vaiko sveikatos perspektyvos ir pan. Svarbu stebėti savo jausmus. Kokie tie jausmai? Nereikėtų skubėti susitikti su vaiku, jei viduje neturime aiškaus jausmo: taip arba ne. Šiame etape svarbu suprasti visus vaiko byloje surašytus terminus. Viena įtėvių šeima sakė: „Mes norėjome vaikų, mes prašėme visų mums padėti, ir jie visi mums padėjo“.

Rengiantis susitikti su vaiku, pravartu prieš tai pasikalbėti su vaikų socialinės globos darbuotojais ar asmenimis, kurie pažįsta vaiką ar prie kurio vaikas labiausiai prisirišęs (vaiko kontaktinis asmuo įstaigoje). Būtina prieš susitikimą žinoti, ką vaikas mėgsta žaisti, ko gali bijoti, kokių veiksmų nereiktų daryti prie vaiko. Aišku, per pirmąjį susitikimą tinka ir kukli dovana būsimam įvaikiui. Tai gali būti mažas žaislas (pvz., minkštutis), gal vaisius ar saldainis. Svarbu, kad dovanos neužgožtų pagrindinio pirmojo susitikimo tikslo – susipažinti.

Vaiko lankymas yra viena iš procedūrų, apibrėžiamų tam tikra tvarka. Prieš aplankant vaiką, būtina informuoti Vaiko teisės apsaugos skyrių, suderinti su socialinės globos namais apsilankymo laiką. Būtinai Vaiko teisių apsaugos skyriaus leidimas lankyti pareiškėjams vaiką globos įstaigoje.

Priklausomai nuo vaiko amžiaus, tai geriausiai patartų globos įstaigos specialistai. Reikia planuoti susitikimus su vaiku. Susitikimai turėtų būti planuojami įvairiais vaiko dienos režimo tarpsniais: maitinimosi, pietų miego, užsiėmimų ir pan. Juk užduotis pareiškėjams aiški – pamatyti vaiką įvairiose situacijose ir mokytis jo poreikių atpažinimo ir tenkinimo įgūdžių. Kūdikius būsimi įtėviai gali bandyti maitinti, pervystyti. Labai svarbus ir fizinis kontaktas. Būsimi globėjai ar įtėviai yra visai nepažįstami vaikui. Tad per susitikimus leiskime vaikui pažinti save.

Ypač sunku, kai per susitikimus su vaiku būsimi globėjai ar įtėviai neturi aiškaus apsisprendimo. Tai emociškai sunku patiems suaugusiems, taip pat labai sunku ir vaikui. Nebylus klausimas „Ar patinku, tinku Jums?“ labai trukdo kurti santykius. Todėl rekomenduotina vaiką periodiškai lankyti ir eiti į kontaktą tada, kai yra aiškus sprendimas arba bent jis aiškėja.

2.8. VAIKO PERKĖLIMO Į ŠEIMĄ DIENA

Tai yra visiems dalyviams svarbi diena. Ji turi būti žinoma iš anksto visiems dalyviams – vaikui, socialinės globos namų darbuotojams, įtėvių ar globėjų artimiesiems. Šiai dienai reikia labai atsakingai pasiruošti. Ji pasižymi tam tikrais ritualais: vaiko atsisveikinimu su globos namų darbuotojais, vaiko pasveikinimu

naujuose namuose. Ritualai gali būti paprasti, aiškūs ir nuoširdūs. Šeimai tai yra įsimintina diena – tai vaiko atėjimo į šeimą diena. Vaikui tai gali būti gyvenimo naujoje ir nepažįstamoje aplinkoje pradžia. Dažnai jam nauja aplinka kelia nerimą.

Svarbu suprasti, kad vaikui būtinos sąsajos su praeitimi. Todėl rekomenduojama pasiimti vaikui brangius (ir galimus) daiktus iš globos namų. Vaiko daiktai padeda jam numalšinti nerimą, jaustis saugiau.

Vaiko atėjimo į šeimą diena turėtų būti organizuojama įtraukiant pačius artimiausius šeimos narius. Nereiktų šią dieną kviesti senelių, kitų giminių. Tai sunki diena, kai visos dalyvaujančios pusės jaučia nerimą, pradeda kurti naujus santykius.

Gali būti, kad vaikui bus drąsiau, jei naktį bus paliekama įjungta silpna šviesa, o patys tėviai ar globėjai ilsėsis netoli vaiko. Svarbu numatyti visus vaikui saugumą garantuojančius variantus. Nuo atvykimo dienos vaikas turėtų miegoti ten, kur jau buvo numatyta iš anksto ir yra aišku, kad ten jis ir miegos.

Svarbu pradžioje išlaikyti nusistovėjusią vaiko dienotvarkę, mitybos įpročius. Išvengiant pokyčių, padedame vaikui jaustis saugiau.

2.9. ŠEIMOS RUTINOS PRITAIKYMAS PRIE VAIKO POREIKIŲ

Fantazijų lygmuo baigiasi, ir ateina realybė – ta minutė, kai vaikai įžengia į globėjų ar tėvių namus. Pirmiausia reikia suprasti keletą paprastų dalykų. Pareiškėjai turi taikytis prie ankstesnio vaiko gyvenimo ritmo, rutinos. Kai dienos režimas, įpročiai keičiasi pamažu, tai nekelia vaikui papildomo streso.

Rekomenduojama, kad vaiko globėjai ar tėviai pirmomis vaiko gyvenimo šeimoje dienomis būtų kartu su juo. Taip pat svarbu numatyti ilgesnį laikotarpį vaikui adaptuotis. Praktikoje būsimi tėviai dažniausiai pasinaudoja šiuo laikotarpiu sukauptomis arba pagal įstatymą suteiktomis atostogomis.

Vaiko atėjimas į šeimą pakeičia visų šeimos narių dienotvarkes. Todėl tam reikia ypač atsakingai ruošis, planuoti ir viską numatyti.

2.10. DAŽNIAUSIOS ĮTĖVIŲ IR GLOBĖJŲ KLAIDOS IR GALIMYBĖS JŲ IŠVENGTI

Įvaikinimo ar globos steigimo proceso trukmė. Labai dažnai pareiškėjai piktinasi, kad globos nustatymo ar įvaikinimo procesas užtrunka. Nereiktų skubinti šio proceso. Laikas dažniausiai tarnauja tam, kad pareiškėjai apsvarstytų savo sprendimą, gebėjimus. Svarbu laiko skirti ir būsimų globėjų ar tėvių artimiesiems apsiprasti su nauju vaidmeniu ir pasirengti tinkamai priimti vaiką į savo ratą. Todėl rekomenduojama kantriai ir nuosekliai siekti tikslo. Kartu pareiškėjai gali teirautis apie vykstančius veiksmus Vaiko teisių apsaugos skyriuje, Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyboje. Svarbi pareiškėjų savybė šiuo atveju yra kantrybė.

Vaiko biologinės šeimos neigimas. Noras „nusavinti“ vaiką yra viena dažniausių globėjų ir tėvių klaidų. Globėjai ir tėviai tikisi, kad jiems pavyks nuslėpti globojimo, o ypač įvaikinimo faktą nuo vaiko. Tai netinkama pozicija. Jeigu kuriamės santykius su įvaikintu ar globojamu vaiku, turime jam padėti kurti ir suprasti visą jo gyvenimo istoriją. Todėl reiktų pirmiausia patiems pareiškėjams suvokti, ką jiems reiškia sąvokos „globa“ ar „įvaikinimas“. Iš principo jos pareiškėjams reiškia galimybę patirti tėvystės jausmus. Antra, svarbu suvokti ir priimti, kad globos ar įvaikinimo atveju yra vaiko biologiniai tėvai. Trečia, yra svarbu suvokti savo vaidmenį – rūpintis jums patikėtu vaiku. Gebėjimas bendradarbiauti, būti atviram su pasirinkimu susijusiomis pasekmėmis – svarbūs faktoriai, padėsiantys išvengti konkurencinės kovos.

Baimė pasakyti vaikui, kad jis yra įvaikintas. Tėviai mano, jog pasakę vaikui, kad jis yra įvaikintas, jį įskaudins, sugadins santykius su vaiku. Tai yra nepagrįstos baimės. Todėl geriausia su vaiku apie įvaikinimą kalbėtis nuolat, nepai-

sant, kokio amžiaus jis yra. Dar geriau kalbėtis apie įvaikinimą ar globą, kai to prašo vaikas. Mažiems vaikams tinka pasakų forma apie vaiko istoriją, įterpiant siužetus ir veikėjus, susijusius su vaiko praeitimi. Vyresniems galima kalbėti pasitelkiant žaidimo elementus. Yra nemažai multiplikacinių ir meninių filmų, kurių siužetai siejasi su įvaikinimu ar globa. Todėl svarbu panaudoti visas pagal vaiko amžių tinkančias priemones. Svarbiausia patiems įtėviams suprasti, kad įvaikinimas yra normalus procesas, padėjęs jiems tapti tėvais. Kalbėdami apie įvaikinimą ir globą kaip apie džiugų veiksmą (juk pas jus atėjo vaikas), padedame ir vaikui tai priimti kaip pozityvų įvykį.

Konkurencija su biologine šeima. Labai dažnai globėjai ir įtėviai kalba nepagarbiai apie vaiko tėvus. Jie teigia, kad yra geresni už juos, nes rūpinasi vaiku. Reikėtų laikytis tokios nuostatos, kad globojami ir įvaikinti vaikai turi dvejus tėvus – pagimdžiusius ir užauginusius. Todėl kuriant santykius neverta užimti „geresnio“ poziciją, kitus nukeliant į „blogiukų“ poziciją. Bėgant laikui vaikas atras savo kilnės šaknis, suvoks, kad jis irgi yra toks pat blogas, kokie buvo jo tėvai. Todėl ieškokime pozityvių dalykų vaiko tėvų gyvenimo istorijoje. Ieškokime neįžeidžiančių žodžių kalbėdami apie vaiko biologinius tėvus.

Bendradarbiavimas. Nėra teisinga pozicija atsiriboti šeimai nuo aplinkos. Labai svarbu suprasti, kad tėvų pareiga yra būti tėvais ir atpažinti bei tenkinti vaiko poreikius. Be to, yra specialistai, kurie gali profesionaliai patarti įvairiais klausimais. Taip pat svarbu yra rasti būdų, kur būtų galima pasidalinti savo nerimu, džiaugsmu. Globėjų ir įtėvių atvejais labai rekomenduojama lankytis globėjų ir įtėvių savipagalbos grupes, tęstinius GIMK mokymus. Tai yra būdas ne tik gauti teorinių žinių, bet ir profesionalių bendraminčių patarimų, patirties.

Neteisinga suaugusiųjų nuostata „pasiaukojimas dėl vaiko gerovės“. Tai labai dažnai praktikoje sutinkama problema. Tiek globos, tiek įvaikinimo atvejais svarbiausi tikslai yra rūpintis vaiku, megzti emocinius ryšius, užtikrinti vaikui saugumo ir tapatumo jausmą. Nereikėtų vaikui dėmesio ir laiko skirti kitų santykių sąskaita. Toks elgesys pirmiausia sukuria konkurencinius santykius, o antra – ardo susikūrusią sistemą šeimoje.

Vaiko poreikių tenkinimas. Dažnai globėjai ir įtėviai teigia, kad pas juos atėję vaikai yra nelaimingi, patyrę įvairias negandas. Kaip kompensaciją suaugusieji stengiasi „pagerinti“ vaiko pageidavimus. Verta prisiminti liaudyje išplitusią mintį: „Jeigu vaikas prašo duonos, tai ir duokime jam duonos, sviesto tepti nereikia“.

Vaiko „išsirinkimas“ einant į globos įstaigas. Šią klaidingą idėją turi didžioji dalis būsimų globėjų ir įtėvių. Idėja turi sunkias emocines pasekmes tiek suaugusiajam, tiek šiame pasirinkime dalyvaujantiems vaikams. Todėl patartina laikytis nustatytos tvarkos Lietuvoje: susipažinti su konkrečiai siūlomu vaiku, laikintis susipažinimo procedūrų. Vaikus globai ar įvaikinimui siūlo specialistai pagal pareiškėjų išdėstytus pageidavimus. Reikia pasitikėti jais ir laukti jums tinkamo pasiūlymo.

- Lietuvoje taikoma globėjų ir tėvių atrankos, įvertinimo ir pagalbos teikimo sistema GIMK (Globėjų ir tėvių mokymas ir konsultavimas).
- **Programos tikslas** – tinkamai paruošti tėvius ir globėjus. Taikomos programos formos: grupiniai užsiėmimai, individualus bendravimas, individualios konsultacijos.
- **Programos etapai:**
 1. Įvadiniai būsimų globėjų ir tėvių mokymai. Mokymų trukmė – 10 sav., mokymai vyksta 1 k./sav., po 4 ak. v. Tikslai: padėti pasitikrinti savo sprendimo tvirtumą bei gebėjimus jį įgyvendinti. Šie mokymai baigiasi GIMK mokytojų parengtomis rekomendacinėmis išvadomis, kuriose aptariamos dalyvių galimybės tapti globėjais ar tėviais.
 2. Mokymai, skirti globėjams ir tėviams, jau globojantiems ar įsivaikinusiems vaikus. Mokymų trukmė – 84 val. Tikslas – teikti pagalbą globėjų ar tėvių šeimoms, pagilinant jų turimas žinias apie vaikų poreikių atpažinimą ir jų tenkinimą, vaiko savijautos ir išgyvenimo ypatumus.
- Pagal GIMK programą vaikui ieškoma šeima, gebanti geriausiai tenkinti jo poreikius. Gyvenamajame būste turėtų būti vaikui skirta atskira erdvė ir išsaugomas jo privatumas. Būstas turėtų būti vaikui saugioje ir saviškai skatinančioje aplinkoje, šalia namo turėtų būti zonos poilsiui, žaidimams. Būsimiems globėjams taikomi ploto reikalavimai būstui – kiekvienam asmeniui turi tekti ne mažiau kaip 14 kv. m bendrojo naudingo ploto, tėvių šeimos turi skirti vaikui atskirą kambarį ar erdvę. Daug dėmesio skiriama ir būsimų globėjų ar tėvių šeimų emocinei aplinkai, jų praeities įvykiams.
- **Būsimų globėjų ar tėvių pagrindinės funkcijos ir atsakomybės:**
 1. **Pasitikrinti savo pasirinkimo tikrumą** ir jam įgyvendinti reikalingų gebėjimų tvirtumą. **Pareiškėjų atsakomybė:** atvirai pateikti reikalingą informaciją apie save.

2. **Pažinti vaiką ir suprasti jo poreikius.** Atsakomybė už pastangas pažinti vaiką, už vaiko jausmų gerbimą ir saugų informacijos apie vaiką naudojimą.
3. **Sukurti vaikui saugią aplinką** ir ją pristatyti vaikui. Būsimų globėjų pareiga – laiku apie savo sprendimus pradėti kalbėtis su savo artimaisiais.

- **Būsimų globėjų ar tėvių teisės:**

1. **Pasirinkti norimo globoti vaiko amžių, lytį, vaikų skaičių.** Pasirinkimas gali būti tikslinamas ar keičiamas.
2. **Susipažinti su vaiko sveikata.**
3. **Prašyti papildomų** sveikatos, raidos ir intelekto **tyrimų** pasiūlytam vaikui.
4. **Sužinoti vaiko gyvenimo istoriją**, svarbias gyvenimo detales.

- **Pagrindinės tėvių ir globėjų klaidos, kurių reikėtų vengti:**

- vaiko biologinės šeimos neigimas;
- nepasitenkinimo biologine šeima rodymas vaikui;
- konkurencija su biologine šeima;
- nepasakymas vaikui, kad jis įvaikintas;
- vaiko slėpimas nuo kitų šeimos narių;
- įsivaikinimo proceso spartinimo. Laikas padeda įvertinti savo sprendimą, gebėjimus.



3. VAIKAS ŠEIMOJE

3.1. KAIP VAIKAS REAGUOJA Į IŠSISKYRIMUS IR KAIP JĮ VEIKIA PERKĖLIMAS Į NAUJUS NAMUS?

Vaikas, atėjęs į jūsų šeimą, gali išgyventi begalę įvairių jausmų, kurie gali būti labai ambivalentiški. Vaikas gali nuoširdžiai džiaugtis, kad turės naują šeimą, jį mylinčius žmones, savo namus. Tačiau tuo pat metu jį gali labai gąsdinti nežinomybė – jis nežino, ar gali jums pasitikėti, ar jūs jo neįskaudinsite, ar neatstumsite, kaip padarė kiti artimi žmonės. Jis gali išgyventi liūdesį dėl išsiskyrimo su savo biologine šeima arba globos namų vaikais ir darbuotojais. Jis gali jausti kaltę, kad iširo jo šeima. Atėjęs į jūsų šeimą vaikas išgyvena **išsiskyrimo jausmą** – jis išsiskiria su savo biologine šeima, globos namų darbuotojais, draugais, jam pažįstama aplinka.

Nuo biologinių tėvų atskirti vaikai išgyvena stiprų **netekties jausmą**. Vaikai išgyvena netektį ir tuomet, kai yra perkeliami į naują šeimą iš globos namų arba globėjų šeimos. Keičiasi jų gyvenimo rutina, aplinka, žmonės. Kai vaikas išgyvena netektį, jis jaučia prarandantis kontrolę – negalintis kontroliuoti to, kas vyksta aplinkui. Tai didina jo nesaugumo jausmą, mažina pasitikėjimą savimi.

Vaiko reakcijos į išsiskyrimą gali būti labai įvairios ir priklausyti nuo:

- amžiaus, kada vaikas patyrė išsiskyrimą;
- prierašumo prie asmens, su kuriuo vaikas išsiskyrė, stiprumo (kaip stipriai vaikas buvo prisirišęs prie tų žmonių, nuo kurių buvo atskirtas);
- supratimo, kodėl jis turėjo išsiskirti su jam artimais žmonėmis (ar vaikas supranta ir ką jis supranta, kaip interpretuoja tai, kodėl jis negalėjo gyventi su savo biologine šeima);
- aplinkybių, kurios sukėlė išsiskyrimą (pvz., vaikas gali išgyventi didžiulės kaltės jausmą, jeigu išsiskyrimas įvyko po to, kai jis kam nors pasiskundė apie netinkamus tėvų veiksmus jo atžvilgiu);
- ankstesnių išsiskyrimų skaičiaus;
- pagalbos, kuri buvo suteikta vaikui prieš išsiskyrimą, per jį ir po jo.

Išsiskyrimo metu vaikas gali jausti gedulo požymius: šoką, neigimą, pyktį, depresiją, elgesio regresą. Vaikui gali pasireikšti ir įvairios psichosomatinės reakcijos, pvz., kvėpavimo takų infekcijos, skrandžio ir galvos skausmai. Nėra taip, kad vaikai vienoje raidos stadijoje į išsiskyrimą reaguoja ne taip skausmingai negu kitoje. Tiesiog vaikai, priklausomai nuo jų amžiaus, reaguoja skirtingai. Maždaug nuo 6 mėn. *kūdikiai* ypač jautriai reaguoja į išsiskyrimą su jais besirūpinančiais suaugusiais. Tai yra amžius, kai kūdikis jau gerai atpažįsta pažįstamus ir nepažįstamus žmones, formuojasi jo prierašumo ryšys su besirūpinančiais suaugusiais. Vaikai nuo šešių mėnesių iki ketverių metų labai jautriai reaguoja į jiems reikšmingo žmogaus praradimą. Kūdikiai taip pat labai jautriai reaguoja į įprastos rutinos, ritmo, sensorinių pojūčių pasikeitimus. Jie pripranta prie tam tikros temperatūros, garsų, vizualinės stimuliacijos, kvapų.

Antraisiais gyvenimo metais vaikas nori būti labai savarankiškas, tačiau jam vis dar reikia suaugusiųjų. Jei vaikas išsiskiria su jam reikšmingu žmogumi, jis gali tapti labai nerimastingas, baimingas, prilipęs prie suaugusiojo. Arba jis gali labai nusivilti suaugusiais, tapti perdėtai savarankiškas, atsiribojęs, priešiškas, gali pradėti vengti bet kokio artimo kontakto.

Pusantrų dvejų metų mažyliai į išsiskyrimą taip pat reaguoja regresuodami, prarasdami tuos įgūdžius, kuriuos jau buvo įgiję, pvz., jie gali vėl šlapintis ar tuštintis į kelnes, prašyti suaugusiųjų juos pamaitinti ir pan. Jiems gali sutrikti miegas, kalbos raida. Tai yra normali tokio amžiaus vaiko reakcija.

Ikimokyklinio amžiaus vaikai yra labai egocentriški. Jie dar negali pasižiūrėti į pasaulį iš kito žmogaus perspektyvos, todėl gali manyti, jog būtent jie kalti dėl netekties. Pvz., jie gali turėti fantazijų, jog mama mirė dėl to, kad jie supyko ant jos arba jos neklausė.

Mokyklinio amžiaus vaikams, patyrusiems išsiskyrimą ir netektį, gali būti sunku susidoroti su įvairiomis mokyklinėmis užduotimis. Taip pat jie gali patirti sunkumų bendraudami su bendraamžiais. Šio amžiaus vaikai gali kankinti save tokiais klausimais: „Kodėl tai atsitiko būtent man?“, „Kodėl aš negalėjau gimti šeimoje, kuri tinkamai manimi pasirūpintų?“, „Kodėl būtent man atsitiko tokia neteisybė?“

Paaugliai į išsiskyrimą su jiems reikšmingu asmeniu labai dažnai reaguoja depresija. Jie taip pat gali prarasti emocijų ir situacijos kontrolės įgūdžius. Paauglys, kuris praranda situacijos kontrolės jausmą, turi didesnę riziką įsitraukti į alkoholio ar narkotikų vartojimą, kriminalinį elgesį, turėti suicidinių minčių. Išsiskyrimą patyrusiems paaugliams taip pat sunku išgyventi priklausomumo jausmą, jie nežino atsakymo į klausimą „Kokiai šeimai aš priklausau?“

Mokslininkai ir praktikai nustatė, kad kuo dažniau vaikas yra perkeliamas iš vienos globos vietos į kitą ir kuo daugiau netekčių yra patyręs, tuo silpniau jis reaguoja į dabartinį išsiskyrimą. Taip atsitinka dėl to, kad tokias patirtis turintys vaikai išmoka naudotis įvairiais gynybos mechanizmais, siekdami apsaugoti nuo skausmo. Taip jie apsaugo save nuo atstūmimo ir skausmo patyrimo. Būkite pasiruošę, jog pradžioje vaikui gali būti sunku prie jūsų prisirišti. Jam reikės laiko, kol išmoks jumis pasitikėti.

Kuo lengviau yra paimti vaiką iš šeimos (kai nei vaikas, nei jo tėvai ar globėjai labai neprieštarauja tam), tuo sunkiau gali būti vaikui prisirišti prie naujų globėjų arba tėvių. Tai, kad vaikas ilgisi savo tėvų, nori su jais matytis, reiškia, kad jis turi prierašumo gebėjimų, o tai reiškia, kad jis sugebės prisirišti ir prie jūsų. Tai yra geras, vilties teikiantis ženklas.

Kaip suaugusieji gali padėti vaikams išgyventi išsiskyrimą su reikšmingais žmonėmis?

- Padėkite vaikui suprasti, kad išsiskyrimo metu yra *normalu jausti ambivalentiškus jausmus*. Vaikai dažnai jaučia vienu metu ir liūdesį, ir pyktį. Užtikrinkite vaiką, kad yra normalu jausti šiuos jausmus. Svarbu, kad vaikas nepradėtų savęs dėl jų smerkti arba nepradėtų slopinti šių jausmų.
- Padėkite vaikui suprasti, kad jis *nėra kaltas*, jog išsiskyrė su savo tėvais arba kitais jam reikšmingais žmonėmis. Vaikui svarbu suprasti, dėl ko iš tikrųjų jis buvo atskirtas nuo biologinės šeimos, bei pajauti atsakomybę už savo paties veiksmus, o ne savo tėvų elgesį.
- Leiskite vaikui jausti, išgyventi įvairius jausmus. Išreikšti jausmus – tai ne tiesiog ramiai apie juos pasikalbėti (mes, suaugusieji, dažnai būtent taip

įsivaizduojame, kaip reikėtų išreikšti jausmus). Kai jausmai labai stiprūs, ramus pokalbis nepadės. Vaikams reikia išsiverkti, išsirėkti, išpykti. Leiskite vaikui tai daryti.

- Kartu parodykite vaikui tinkamus jausmų raiškos būdus, pvz., kai vaikas pyksta, jis negali daužyti arba mušti kitų vaikų. Galite pasakyti: „Aš suprantu, kad tu dabar pyksti ir tau sunku, bet mušti kitų vaikų negalima. Geriau padaužyk į pagalvę“.

3.2. PAGALBA VAIKAMS IŠGYVENANT NETEKTĮ

Visi vaikai savo gyvenime susiduria su įvairiomis netektimis. Yra „normalios“ netektys, su kuriomis susiduria visi vaikai, pvz., atjunkymas (t. y. mamos krūties netekimas), „ramintojo“ netekimas (pvz., čiulptuko, buteliuko, pirštuko čiulpimo ir kt.), pastovios namų aplinkos netekimas, kai vaikas pradeda lankyti darželį ir pan. Daug vaikų savo gyvenime taip pat susiduria su tokiomis netektimis, kaip šeimos nario mirtis, nelaimingas atsitikimas kelyje, naminio gyvūno netektis, mėgstamų žaislų pametimas ar sugadinimas, supratimas, kad Kalėdų senelis nėra tikras, išsiskyrimas su vaikinu ar mergina paauglystėje ir t. t.

Tėvų globos netekę vaikai turi susidoroti ir su „normaliomis“ netektimis, ir su kitomis, tik jiems būdingomis netektimis:

- buvimo su tėvais ir broliais/seserimis netektis;
- prieraišumo prie pagrindinio globėjo netektis;
- „normalios“, „pakankamai geros“ šeimos netektis;
- atsiskyrimas nuo senelių, pusseserių/pusbrolių ir pan.;
- jų pačių namų, kambario ir jų pačių daiktų praradimas;
- išsiskyrimas su draugais;
- kontrolės ir galios netekimas (ne tik apie tai, kas vyksta jų gyvenime, bet ir apie savo pačių elgesio kontrolės netekimą);

- „vientisos gyvenimo istorijos“ netekimas (nėra asmens, kuris galėtų prisiminti, kada tu pradėjai vaikščioti, kada tau išdygo pirmasis dantukas, kada praradai pirmąjį dantį; nėra nuotraukų arba specialių prisiminimų apie gimtadienius ir kitas šventes).

Vaikų gedulas

Labai svarbu suprasti, kad gedulas yra normali ir natūrali reakcija į netektį. Gedulo išgyvenimas padeda pereiti nuo stipriai dezorganizuotos būsenos prie gebėjimo toliau gyventi normalų gyvenimą. Gedulas – tai išgijimo procesas, kuris užima tam tikrą laiko tarpą. Žymi psichologė E. Kubler-Ross teigė, kad gedulas išgyvenamas tam tikromis stadijomis:

1. Neigimas ir izoliacija.
2. Pyktis.
3. Derybos.
4. Depresija.
5. Priėmimas.

Aptarkime, kaip elgiasi vaikai kiekvienoje iš šių stadijų ir į ką svarbu atkreipti dėmesį teikiant jiems pagalbą. Turėkite omenyje ir tai, kad dažnai realiaame gyvenime gedulas nevyksta aiškiomis, apibrėžtomis stadijomis, tačiau daugeliu atvejų yra būdingi labai panašūs požymiai.

1. Neigimas

Šioje stadijoje žmogus elgiasi taip, tarsi netektis jam turėtų labai mažai reikšmės. Žmogus gali atrodyti tarsi sustingęs, elgtis kaip robotas. Jis gali nerodyti emocijų, susijusių su įvykiu, arba apskritai neigti įvykio faktą.

Šioje stadijoje vaikas dažnai nerodo jokių emocijų, susijusių su jo paėmimu iš biologinės šeimos arba perkėlimu iš globos įstaigos į naują šeimą. Jis tam tikrą laiko tarpą gali atrodyti gerai prisitaikęs. Dėl to neretai šis laikotarpis vadinamas „medaus mėnesiu“. Nors vaikas gali atrodyti nejprastai mandagus, paklusnus, ra-

mus, jis yra mažai įsitraukęs į tai, ką daro, ir jo kasdienėje veikloje trūksta gyvo emocinio reagavimo. Vaikas taip pat gali neigti netektį ir teigti kažką panašaus: „Aš čia nepasiliksiu ir nenoriu važiuoti į naują šeimą. Mane pasiims mano mamytė“.

Turėkite omenyje:

Gali kilti pavojus neteisingai interpretuoti šį vaiko paklusnumą. Vaiko paklusnumas nerodo, kad jis puikiai susitvarkė su netektimi. Šoko arba neigimo fazė neturėtų užtrukti pernelyg ilgai. Emocinio atsako trūkumas, kuris užsitęsia ilgesnį laiko tarpą (pvz., pusę metų), gali rodyti rimtą emocinį pažeidimą, todėl tokiu atveju patartina kreiptis į specialistą – psichologą arba vaikų ir paauglių psichiatrą.

2. Pyktis

Šioje fazėje žmogus pripažįsta netekties įvykį ir labai pyksta dėl to. Vaikas gali pykti ant jūsų, ant vaiko teisių apsaugos specialistų, ant mokytojų ir kt. Jis gali būti nepaklusnus ir labai jautrus, rodyti staigų įniršį, pykčio proveržius. Gali atrodyti nuolat nepatenkintas, susiraukęs, užsidaręs, būti agresyvus su kitais vaikais ir suaugusiaisiais, gali atsisakyti paklusti prašymams. Vaikas gali nuolat lyginti jūsų namus su savo biologinės šeimos namais (jūsų namus nuvertinti, o biologinės šeimos – idealizuoti).

Turėkite omenyje:

Nepaklusnus vaiko elgesys gali kelti jums daug rūpesčių ir problemų. Vaikas gali nuolat su jumis ginčytis ir konfrontuoti. Užmegzti ryšį su šią stadiją išgyvenančiu vaiku jums gali atrodyti labai sunki misija. Supraskite, kad vaiko pyktis yra jo gedulo proceso dalis, o destruktivus elgesys – tai šių jausmų išraiška. Išmokykite vaiką konstruktyvių pykčio išraiškos būdų, pvz., pasiūlykite pakumščiuoti kriaušę ar pagalvę.

3. Derybos

Žmogus šioje stadijoje dažnai stengiasi atgauti kontrolės jausmą ir užkirsti kelią netekties grįžtamumui. Žmogus gali nuspręsti nuo šiol viską daryti geriau, taip pat gali pradėti derėtis su žmonėmis, kurie gali pakeisti situaciją. Vaikas gali galvoti, kad jeigu jis elgsis arba galvos „teisingai“, jis išvengs praradimų, išsiskyrimų, pvz., jei labai gerai mokysis ir klausys suaugusiųjų, jis galės grįžti į savo šeimą. Vaikas gali stengtis būti labai malonus ir paklusnus, bandyti atitaisyti savo praeities „klaidas“. Jis taip pat gali bandyti derėtis su suaugusiais, pvz., vaiko teisių apsaugos specialistams gali siūlyti kažką atlikti, jei jam bus leista grįžti namo.

Turėkite omenyje:

Toks vaiko elgesys rodo jo pastangas kontroliuoti aplinką. Būkite su vaiku jautrūs ir supratingi. Palaipsniui padėkite jam susitaikyti su realybe, suprasti, kad šiuo momentu jam nėra galimybės grįžti į biologinę šeimą.

4. Depresija

Šiai stadijai yra būdingas nevilties ir tuštumos, apatiškumo išgyvenimas. Kartais pasireiškia perdėto nerimo arba baimės, vengimo epizodai. Vaikas praranda domėjimąsi žmonėmis, aplinka, veiklomis. Atrodo, kad vaikas galutinai prarado viltį ir jaučia visą skausmingą netekties poveikį. Jis gali būti lengvai pažeidžiamas, prarandomas. Gali užsisklęsti nuo kitų žmonių. Vaikas gali labai jautriai reaguoti net į labai nereikšmingus įvykius, jam gali būti sunku susikaupti, kartais gali pasireikšti elgesio regresas, pvz., piršto čiulpimas, vaikiška kalba, tualetų įgūdžių regresas.

Turėkite omenyje:

Tarp faktinio išsiskyrimo ir depresijos pradžios gali praeiti tam tikras laiko tarpas, t. y. nebūtinai vaikas reaguoja liūdesiu iš karto po išsiskyrimo. Jums gali būti labai sunku matyti taip stipriai kenčiantį vaiką, galite jaustis bejėgiai, negalėdami jam padėti. Svarbu suprasti, kad vaiko depresija yra jo gedulo proceso dalis ir vaikui būtina išgyventi šiuos jausmus tam, kad jis galėtų atsiveikinti su žmonėmis, su kuriais išsiskyrė, ir priimti į savo pasaulį naujus žmones.

5. Susitaikymas

Šioje stadijoje silpnėja depresijos simptomai. Žmogus taip pat pradeda investuoti emocinę energiją į dabartį arba į ateities planavimą, mažiau galvoja apie praeitį. Paskutinė gedulo stadija baigiasi tuomet, kai žmogus grįžta prie aktyvaus gyvenimo dabartyje.

Vaikas stipriau prisiriša prie naujos šeimos ir stengiasi rasti vietą šeimos struktūroje, jis pradeda laikyti save naujos šeimos nariu ir demonstruoja stipresnius ryšius su naujosios šeimos nariais. Vaikas vėl atranda malonumą žaisdamas mėgstamus žaidimus arba užsiimdamas patinkančia veikla. Žaidimai ir veikla tampa kryptingesni ir žaismingesni. Jam geriau pavyksta sukcentruoti dėmesį.

Turėkite omenyje:

Teigiama, kad jei vaikas yra įvaikinamas arba jam yra mažai vilties grįžti į biologinę šeimą, jo susitaikymas su netektimi yra pozityvus ženklas. Tačiau tuomet, kai vaiko globos plane yra numatytas jo grąžinimas į biologinę šeimą ir vaikas yra globojamas tik laikinai (pvz., kol mama grįš iš ligoninės ar tėvai išspręs savo psichosocialinius ir ekonominius sunkumus), susitaikymas gali apsunkinti šeimos susijungimą. Tokiu atveju vaikui yra rekomenduojama palaikyti kuo aktyvesnį ryšį su savo biologiniais tėvais.

Žymi vaikų terapeutė V. Fahlberg (1994) teigia, kad neišspręsti išsiskyrimai praeityje trukdo užmegzti naujus prierašumo ryšius. Užmegzti naują prierašumo ryšį – tai nereikia tik pakeisti senus prierašumo ryšius. Problemos atsiranda tuomet, kai visas vaiko dėmesys yra nukreiptas į praeitį, o ne į dabartį. Tuomet jis negali užmegzti naujų prierašumo ryšių.

Geriausią pagalbą vaikui išlaisvinant jį nuo praeities – *tai jo gedulo proceso paskatinimas, o ne bandymas apsaugoti jį nuo skausmo*. Neretai patys suaugusieji bijo stiprių vaiko jausmų, atsirandančių gedulo proceso metu. Tačiau jei jūs sugebėsite priimti visus vaiko jausmus, vaikas iš jūsų gaus tokią žinutę: „Tu gali pasitikėti manimi, aš neišsigąsiu tavo jausmų ir mylėsiu tave tokį, koks esi“. ***Rūpestingų globėjų ir tėvių uždavinys yra ne apsaugoti vaiką nuo gyvenimo realybės, bet padėti jam įveikti skausmą ir netektį.***

- Leiskite vaikui gedėti ir ilgėtis tėvų arba kitų jam svarbių asmenų. Vaikas gali jausti didelį praradimo jausmą, nepaisant savo tėvų elgesio praeityje. Būkite kartu su vaiku jo gedėjimo proceso metu.
- Pripažinkite, kad kai kurie vaikai atskirimą nuo šeimos suvokia kaip tam tikrą bausmę už jų tikrus arba įsivaizduojamus blogus poelgius. Jie jaučiasi atsakingi už šeimos iširimą. Išklauykite vaiką, leiskite jam pasidalinti prisiminimais apie savo šeimą arba gyvenimą globos namuose.
- Supraskite *savo paties* netekties ir gedulo jausmus. Jie gali turėti įtakos tam, kaip jūs suprantate vaiko jausmus ir kaip efektyviai galite jam padėti.

Prisiminkite, kad tėvų globos netekusiems vaikams dažnai būdingi *lojalumo konfliktai*, t. y. jiems gali būti sunku priimti jūsų šeimą, nes dėl to jie jaučiasi išduodantys savo biologinę šeimą. Vaikui svarbu susitaikyti, jog jis turi biologinius tėvus ir globėjus arba tėvius (tai yra jus). Neretai būna ir taip, jog suaugusiesiems yra sunkiau nei pačiam vaikui susitaikyti, kad vaikas turi dvi motinas arba du tėvus. Gali gąsdinti mintis, kad vaikas myli daugiau nei vieną motiną ar tėvą. *Vaikas vienu metu tikrai gali mylėti dvi šeimas kartu*. Juk tėvams, auginantiesiems du ir daugiau vaikų, niekada nekyla klausimas, ar galima juos mylėti vienu metu.

3.3. TRAUMĄ PATYRĘ VAIKAI: KAIP SUPRASTI IR PADĖTI

Daug vaikų, kurie negali gyventi kartu su savo biologiniais tėvais, patyrė trauminius išgyvenimus. Geriau suprastami, kaip traumos veikia vaikus, galime geriau suprasti vaiko, kuris ateina į jūsų šeimą, kartais gana trikdantį elgesį, jausmus, požiūrį. Suprastami, kodėl vaikas vienaip ar kitaip elgiasi, galime jam labiau padėti įveikti traumos pasekmes.

Visi vaikai, ne tik tie, kurie atskiriami nuo šeimų ir perkeliama į globos namus, gyvenime patiria įvairių stresinių įvykių, pvz., brolio ar sesers gimimas, mokyklos lankymo pradžia, įvairios nesėkmės mokykloje, konfliktai šeimoje ir

pan. Stresiniai įvykiai dažnai sukelia psichologinę krizę, kuomet vaikai patiria įtampą, liūdesį, nesaugumą ir kitus jausmus. **Psichologinė krizė** – tai normali ir natūrali reakcija į sunkią situaciją, kurios vaikas nepajėgia įveikti įprastais būdais. Paprastai krizė trunka neilgai, jau per kelias savaites vaikas atsigauja.

Tačiau yra ir tokių stresinių įvykių, kurie yra labai sunkūs, peržengia žmogui įprasto patyrimo ribas, pvz.: seksualinis ir fizinis smurtas, kankinimas, užpuolimas gatvėje, stichinės nelaimės, sunkios autoavarijos ir kitos gyvybei pavojingos situacijos. Šie stresiniai įvykiai vadinami trauminiais įvykiais ir jie dažnai sukelia potrauminį stresą, depresiją, nerimą.

Trauminės situacijos – tai tokios ekstremalios kritinės situacijos, kurios turi labai neigiamą poveikį ir reikalauja iš individo milžiniškų pastangų susidoroti su jų sukeltomis pasekmėmis. Trauminės yra tokios situacijos, kurios sukelia grėsmę vaiko arba jam artimo žmogaus gyvybei ir fiziniam integralumui. Trauminiai įvykiai sukelia labai intensyvias fizines ir emocines reakcijas:

- užvaldantis siaubo, baimės, bejėgiškumo jausmas;
- automatinės fizinės reakcijos: spartus širdies dažnis, drebulys, svaigimas, šlapinimosi/tuštinimosi kontrolės praradimas.

Trauminės situacijos gali būti vienkartinės (pvz., avarija, išprievartavimas, gamtos stichijos) ir pasikartojančios (pvz., karas, fizinis ir seksualinis smurtas). Pastarosios situacijos iš pradžių yra išgyvenamos kaip ūmi trauma, bet, joms pasikartojant, auka pradeda išgyventi traumos pasikartojimo baimę ir bejėgiškumą apsaugoti nuo jos. Problemos, kurias sukelia pasikartojančios traumos, trunka ilgiau ir yra rimtesnės. Vaikas pradeda jausti, kad pasaulis nėra saugi vieta gyventi. Ilgainiui jis jau negali toleruoti ir normalaus kasdienio streso.

Vaikų reakcijos į traumines situacijas

Kiekvienas vaikas į traumą reaguoja skirtingai. Kas kelia didelį stresą vienam vaikui, kitam gali neturėti tokio poveikio. Vaiko reakcija į trauminį įvykį gali priklausyti nuo daugybės veiksnių:

- vaiko amžiaus ir raidos stadijos;
- vaiko suvokimo apie pavojų, su kuriuo jis susiduria;
- ar vaikas yra auka, ar tik liudytojas;
- vaiko santykiai su auka arba smurtautoju;
- vaiko praeities traumų išgyvenimo (kokias traumas vaikas yra išgyvenęs praeityje ir kaip jas įveikė);
- paramos ir palaikymo, kurį vaikas gavo iš suaugusiųjų.

Traumas patyrę vaikai gali būti greitai sudirgstantys, nervingi, irzlūs. Vaiką gali kankinti pakartotiniai traumos išgyvenimai (pvz., jam gali nekontroliuojamai prasiveržti prisiminimai), miego problemos (sunkumai užmiegant, dažnas prabudimas naktį, košmarai). Vaikas taip pat gali atrodyti sustingęs, tylus, pasinėręs į save, atsiribojęs nuo normalaus gyvenimo ir kitų žmonių. Jis gali vengti bendrauti su savo draugais, nenorėti užsiimti anksčiau mėgta veikla. Vaikui gali būti sunku mokytis, įsisavinti naują informaciją. Jis gali būti emociškai nestabilus – vieną minutę linksmas, kitą – piktas.

Kai traumą sukelia tie, kuriuos vaikas mylėjo: komplikauta trauma

Komplikauta trauma – tai daugybė trauminių įvykių vaiko gyvenime, atsirandančių labai ankstyvame amžiuje, kuriuos sukelia suaugusiųjų, turinčių rūpintis ir apsaugoti vaiką, veiksmai ir bendravimas. Tokios traumos sukelia labai neigiamų pasekmių vaiko fizinei ir psichologinei sveikatai. Tokie vaikai nuolat susidurdavo su nuolatiniu stresu ir negalėjo su juo susidoroti. Dėl to šie vaikai dažnai:

- Sunkiai reguliuoja savo jausmus ir emocijas;
- Nuolat jaučiasi nesaugūs;
- Sunkiai kuria pasitikėjimu grįstus santykius;
- Sunkiai prisitaiko prie gyvenimo pokyčių;
- Demonstruoja ypatingai stiprias fizines ir emocines reakcijas į stresą.

Vaiko atsparumas

Atsparumu mes galime pavadinti vaiko gebėjimą atsigauti po trauminio įvykio. Apskritai vaikai, kurie jaučiasi saugūs ir mylimi, lengvai atsigauja nuo trauminių patirčių.

Vaiko gyvenime yra daugybė veiksnių, kurie gali paskatinti jo atsparumą ir įprasminti patirtą traumą:

- Stiprus, palaikantis santykis bent su vienu mylinčiu suaugusiuoju;
- Vaiko stiprybių ir gebėjimų pripažinimas ir puoselėjimas;
- Vaiko priklausymas tam tikrai bendruomenei, grupei, išplėstinei šeimai ir pan.

Nepriklausomai nuo to, kokio amžiaus yra vaikas ir kokią traumą jis patyrė, išgyjimas yra įmanomas. Padedamas ir gaudamas paramą vaikas vėl gali atgauti pasitikėjimą ir viltį. Jūsų pagalba yra labai svarbi stiprinant vaiko atsparumą ir mažinant trauminio streso neigiamas pasekmes. Struktūruota, prognozuojama aplinka, vaiko klausymas ir išklausymas, bendradarbiavimas su profesionalais padeda vaikui atsigauti.

Traumą patyrusių vaikų poreikių patenkinimas

Globojami ar įvaikinami vaikai paprastai į naujus namus atvyksta su keliais savo asmeniniais daiktais: drabužiais, žaislais, nuotraukomis ir kt. Bet daugelis vaikų atvyksta ir su savo neigiamais įsitikinimais bei lūkesčiais, kuriuos jie turi apie save, žmones, pasaulį. Tokie įsitikinimai gali būti, pvz.:

- Aš nieko nevertas.
- Man visada gresia pavojus.
- Aš bejėgis.

Vaikas gali jau iš anksto turėti neigiamus įsitikinimus apie jus kaip apie jo globėją arba tėvą (motiną):

- Tu nereaguojantis.

- Aš negaliu tavimi pasitikėti.
- Tu gali išgąsdinti ir atstumti.

Jums svarbu suprasti, kad nesate atsakingi už šiuos vaiko įsitikinimus ir lūkesčius. Ne jūs sukūrėte šiuos neigiamus įsitikinimus. Šie neigiami įsitikinimai taip pat nėra asmeniškai apie jus. Tačiau jums svarbu suprasti juos tam, kad galėtumėte padėti vaikui įveikti traumos pasekmes ir sukurti su juo sveikus santykius.

Vaikai per savo skausmingą patirtį suprato, kad nėra saugu pasitikėti ir tikėti kitais. Saugiau yra iš viso nekurti santykių. Dėl to šių vaikų elgesys gali būti labai trikdantis ir sunkus.

Traumą patyrę vaikai yra linkę atkartoti senus santykius su naujais žmonėmis. Vaikų elgesys gali sukelti tokias pačias jūsų reakcijas, kokias vaikai patyrė su kitais suaugusiais, pvz., jie gali būti atstumti arba nubausti. Kodėl vaikai pasirenka atkartoti skausmingus ir neigiamus santykius su naujais suaugusiais savo gyvenime? Visų pirma, patys vaikai neįsąmonina apie šį savo elgesį, jie tai daro nesąmoningai. Tokio jų elgesio priežastys gali būti šios:

- Toks elgesys yra pažįstamas vaikui ir kadaise padėjo jam išgyventi kitus santykius. Vaiko elgesys, kuris šiuo metu atrodo neadekvatus ir trikdantis, praeityje padėjo vaikui išgyventi, kai jis patyrė prievartą ir nepriežiūrą.
- Vaikas „patvirtina“ savo neigiamus įsitikinimus provokuodamas tas pačias suaugusiųjų reakcijas, kurias patyrė praeityje (labiau prognozuojamas pasaulis, net jei jis yra neigiamas, atrodo saugesnis nei neprognozuojamas).
- Toks elgesys padeda vaikui išreikšti savo frustraciją, pyktį ir nerimą.

Kaip padėti traumą patyrusiems vaikams?

Visų pirma, visada prisiminkite, kad vaikas jūsų namuose naudosis tomis pačiomis strategijomis, kokiomis buvo įpratęs naudotis praeityje. Dėl neigiamų

įsitikinimų vaikai elgiasi taip, jog provokuoja jūsų neigiamas emocijas. Daug globėjų ar tėvių, susidūrę su neigiamu vaiko elgesiu, pasakoja, kad tokiose situacijose jiems kyla noras atstumti vaiką arba nuo jo emociškai atsiriboti. Jie taip pat jaučiasi nekompetentingi ir bejėgiai, jaučiasi esantys blogi tėvai.

Tai sukelia ydingą ratą. Netinkamai elgdamasis vaikas sukelia jums pyktį, bejėgiškumą ir frustraciją, norisi jį atstumti arba nuleisti rankas. Jeigu nenutrauksite šio uždaro rato, jūsų santykiai gali dar labiau pablogėti, o vaikas vis labiau patvirtins jūsų neigiamus įsitikinimus apie save. Tam, kad galėtumėte nutraukti šį ydingą ratą, jums prireiks kantrybės ir laiko. Svarbu paskatinti vaiką suabejoti savo įsitikinimais ir suteikti jam naujų pozityvių žinučių – žinučių, kurios pasakytų vaikui:

- Tu esi vertingas ir norimas;
- Tu esi saugus;
- Tu esi gabus;
- Aš neatstumsiu tavęs;
- Tu man patinki;
- Aš tave myliu;
- Aš apsaugosiu tave nuo pavojaus;
- Aš tave išklausysiu ir suprasiu.

Tai nereiškia, kad jūs neturite reaguoti į vaiko neigiamą elgesį – svarbu nustatyti jam ribas.

Kai koreguojate vaiko elgesį, būkite ramūs, kalbėkite kuo mažiau, tvirtai, bet švelniai. Pagirkite net paprastą pozityvų ar neutralų vaiko poelgį.

Labai svarbu, kad suprastumėte savo paties emocinę reakciją į vaiką. Be abejo, vaiko elgesys gali kelti pyktį, neviltį, susierzinimą ir bejėgiškumą. Neneikite šių savo jausmų. Įvardykite sau šiuos jausmus ir pasirinkite tinkamą jų išraišką. Jeigu esate labai susijaudinę, geriau nueikite truputį į šalį, nusiraminkite ir tik tada kalbėkite su vaiku.

Parodykite, kad jūs galite toleruoti vaiko elgesį be jam įprastų reakcijų, prie kurių jis buvo įpratęs: atstūmimo, baudimo. Padėkite vaikams pasitelkti žo-

džius jausmams išreikšti. Vaikui svarbu išmokti pasikalbėti apie savo jausmus ir įsitikinimus.

Prisiminkite, kad vaiko elgesio korekcija yra ilgas procesas. Užtruks, kol jis išmoks naujų strategijų ir pakeis savo neigiamus įsitikinimus.

Kaip jūs dar galite padėti traumą patyrusiems vaikams?

Padėkite vaikams pasijauti saugiams. Dauguma traumą patyrusių vaikų nesijautė saugūs savo namuose. Jie yra nuolatinės budrumo būsenos ir laukia grėsmės savo gerovei. Traumą patyrę vaikai gali būti fiziškai saugūs, tačiau nesijauti saugūs psichologiškai. Jūs galite sukurti vaikui saugią fizinę aplinką ir padėti jam joje pasijusti psichologiškai saugiam.

Padėkite vaikui suprasti ir valdyti jį apimančius jausmus. Trauma gali sukelti vaikui tokias intensyvias baimės, pykčio, bejėgiškumo emocijas, jog jis gali jaustis šių emocijų apimtas. Be to, vaikas gali nesuprasti šių savo jausmų ir nemokėti jų tinkamai išreikšti. Kūdikiams išmoksta reguliuoti savo emocijas pozityviai bendraudami su mylinčiais suaugusiais. Vyresni vaikai, kurie to nėra patyrę, emociškai gali elgtis kaip kūdikiai (t. y. laukti suaugusiojo nuraminimo, nesugebėti patys reguliuoti savo emocijų). Būkite vaikui pavyzdys, kaip reikėtų atpažinti, išreikšti ir valdyti savo emocijas.

Padėkite vaikui suprasti ir valdyti sudėtingą elgesį. Vaikas, nemokantis susieti savo elgesio su emocijomis, gali elgtis labai nebrandžiai ir trikdančiai. Pvz., gali būti labai impulsyvus, veikti, o tik po to pagalvoti. Jūs galite padėti vaikui suprasti ryšį tarp minčių, jausmų bei elgesio ir taip padėti vaikui labiau valdyti savo elgesį („Tu supykai, kad aš neleidau tau pažaisti ilgiau kompiuteriu, todėl pastūmei jaunesnį brolį, o šis labai išsigando“, „Esi labai sunerimusi dėl savo mamos, kuri dabar ligoninėje, todėl negali užmigti“ ir pan.).

Gerbkite ir palaikykite vaikui svarbius santykius. Per santykius su kitais žmonėmis vaikai išmoksta, kokie jie yra ir koks yra pasaulis. Vaiko ryšiai su biologiniais tėvais gali būti neigiami ir griauinantys, nepaisant to, jie vaikui yra svarbūs. Jei globos plane yra numatyta galimybė vaikui matytis ir bendrauti su biologiniais

tėvais, palaikykite vaiko norą bendrauti su jais. Net jei vaikas neturi galimybės bendrauti su savo biologiniais tėvais arba nenori, padėkite jam išlaikyti tai, kas buvo gero šiuose ryšiuose, performuoti juos, suteikti jiems naują prasmę. Suraskite pozityvius dalykus šiuose santykiuose ir išryškinkite juos vaikui.

Padėkite vaikui suprasti jo gyvenimo istoriją. Vaikas gali ateiti į jūsų šeimą su labai nenuoseklia ir fragmentiška gyvenimo istorija. Jis gali nesuprasti ir neteisingai interpretuoti tam tikrus įvykius savo gyvenime. Jūs galite padėti vaikui geriau suprasti jo gyvenimo istoriją klausydamiesi jo, kai jis nori kalbėti ir dalintis su jumis savo prisiminimais. Padėdami vaikui suprasti ryšį tarp įvairių įvykių jo gyvenime, padedame atrasti pozityvias, šviesias jo gyvenimo puses.

Suteikite vaikui profesionalią pagalbą. Traumą patyrusiems vaikams gali būti reikalinga įvairių psichikos sveikatos specialistų pagalba. Kartais, norint padėti vaikui išgyti nuo traumos, gali būti reikalinga ilgalaikė psichoterapija.

Pasirūpinkite savimi. Jūs galite jaustis išsekę ir pavargę rūpindamiesi traumą patyrusiais vaikais. Tam, kad galėtumėte suteikti veiksmingą pagalbą vaikui, turite pasirūpinti ir savimi, gauti jums reikalingą palaikymą ir paramą. Neignoruokite savo poreikių.

3.4. SAUGAUS RYŠIO SU VAIKU UŽMEZGIMAS IR PALAIKYMAS

Prieraišumas – tai stiprus emocinis ryšys tarp dviejų žmonių. Vaiko prierašumas prie tėvų (arba kitų juo besirūpinančių žmonių) leidžia jam išvystyti pasitikėjimą savimi ir kitais. Šis ankstyvas santykis veikia vaiko intelektualinę ir fizinę raidą. Ankstyvieji vaiko prierašumo ryšiai tampa modeliu, kaip jis užmegs vėlesnius tarpasmeninius santykius. Tam, kad vaikas užmegztų saugų prierašumo ryšį su savo tėvais, reikalingas jo poreikiams jautrus suaugusysis. Tai yra toks žmogus, kuris moka tinkamai atpažinti kūdikio poreikius, neatidėliotinai ir tinkamai į juos atsiliepti. Artimo emocinio kontakto formavimąsi tarp suaugusiojo ir kūdikio ska-

tina labai įvairus suaugusiojo elgesys, pvz., kūdikio nešiojimas, maitinimas, dainavimas jam, bučiavimas. Prieraišumo ryšio kūrimąsi taip pat skatina:

- laikas, kurį kartu leidžia kūdikis ir pagrindinis juo besirūpinantis žmogus (svarbu ir kokybė, ir kiekybė);
- bendravimas „akis į akį“, intensyvus, dažnas akių kontaktas;
- fizinis artumas ir pozityvus fizinis kontaktas (kūdikio nešiojimas, laikymas, apkabinimas);
- sensorinis patyrimas (per kvapą, garsą, skonį – kai kūdikis girdi prierašumo ryšį kuriančio asmens balsą, jaučia jo kvapą, mato jį).

Jeigu vaikas neturi galimybės užmegzti saugaus prierašumo per pirmuosius metus, didėja rizika, jog ateityje jo santykiai patirs įvairių sunkumų. Laimei, dauguma vaikų nepatiria labai rimtos emocinės deprivacijos kūdikystėje. Tačiau daug vaikų, nepatyrusių tinkamos priežiūros šeimoje, yra nesaugiai prisirišę prie savo tėvų ir tai gali turėti įtakos tam, kaip jie jaučiasi ir jausis ateityje bendraudami su kitais žmonėmis.

Nesaugus prierašumas kūdikystėje nebūtinai reiškia, kad ir ateityje vaikas nesugebės turėti normalių santykių. Daug tyrimų rodo, kad prierašumo gebėjimai gali būti atkuriami. Aišku, tai yra ilgas, sudėtingas ir kartais nusivylimo teikiantis procesas. Tačiau kartu ir labai džiaugsmingas. Pozityvus ir saugus ryšys, kurį užmegsite su savo vaiku, bus vienas iš svarbiausių vaiko ir jūsų patyrimų gyvenime.

Kas padeda užmegzti ryšį su vaiku?

Prieinamumas vaikui. Tai padeda vaikui pasitikėti jumis. Stenkitės būti fiziškai ir emociškai prieinami savo vaikui tenkindami jo poreikius. Taip vaikas jausis saugus, tikės, kad jo poreikiai bus nuolat patenkinti, mokysis pasitikėti suaugusiais žmonėmis.

Jautrus reagavimas. Jautrus reagavimas padeda vaikui reguliuoti savo emocijas ir elgesį. Bandykite įsijausti į „vaiko kailį“ ir galvoti apie tai, ką galvoja ir ką jaučia vaikas. Priimkite vaiko jausmus ir pasidalinkite savo jausmais. Tai pa-

deda vaikui išmokyti reguliuoti savo paties emocijas, taip pat suprasti kitų žmonių mintis ir jausmus.

Bendradarbiaujantis elgesys. Jis padeda vaikui pajusti savo efektyvumą. Žiūrėkite į vaiką kaip į atskirą asmenį, turintį poreikius, jausmus, tikslus bei norintį jaustis efektyviu ir galinčiu. Ieškokite būdų padidinti vaiko kompetencijos jausmą, pvz., leiskite rinktis, derėkitės su juo ir bendradarbiaukite. Tai padės vaikui suprasti, kad jo požiūris taip pat yra svarbus. Jis išmoks ieškoti kompromisų ir bendradarbiauti.

Vaiko priėmimas. Vaiko priėmimas formuoja vaiko savigarbos jausmą. Leiskite suprasti, jog jūs jį besąlygiškai priimate ir vertinate tokį, koks jis yra, su kokiais sunkumais susiduria. Taip vaikas išmoks suprasti, kad visi žmonės turi ir gerų, ir blogų savybių. Jis taip pat supras, kad galima atitaisyti savo klaidas bei atleisti kitam žmogui.

Dalyvavimo šeimoje skatinimas. Tai padeda vaikui pasijausti, jog jis kažkam priklauso. Kuo aktyviau įtraukite vaiką į savo šeimos gyvenimą: supažindinkite jį su šeimos ritualais, pakabinkite vaiko nuotraukų ant sienų, kartu su juo lankykite savo gimines ir pan.

Įvairių trauminių įvykių patyręs vaikas pasaulį suvokia kaip žiaurią ir nemalonią vietą. Tam, kad galėtumėte sukurti ryšį su vaiku, vaikui svarbu pasijausti saugiam ir patikėti, kad jis gali pasitikėti jumis. Į jūsų namus atėjusiam vaikui labai svarbu padėti susiorientuoti. Net jeigu jį pažįstate (pvz., yra jūsų giminaitis), jūsų namai jam gali atrodyti kaip kita planeta. Kai kurios situacijos gali būti ypač sunkios vaikams, kurie vaikystėje nepatyrė jautraus rūpinimosi jų poreikiais. Dažnai tai būna situacijos, susijusios su valgymu, miegojimu, prisilietimais ir asmeninėmis ribomis.

Maistas ir valgymo laikas

Maitinimas – viena iš pirmųjų ir svarbiausių interakcijų, kurias mes patiriame šiame pasaulyje. Tačiau vaikams, kurie patyrė įvairias traumas, maistas ir

maitinimas gali turėti didelį emocinį krūvį. Jis neretai susijęs su įtampa ir nerimu. Vaiko valgymas galėjo būti neadekvatus ir neprognozuojamas. Kai kuriose šeimose valgant tarp šeimos narių kildavo dideli konfliktai. Kai kuriose šeimose maistas buvo naudojamas kaip vienintelė raminimo priemonė. Kai kuriose šeimose vaikai buvo priversti ieškoti maisto patys, galbūt prašyti jo iš nepažįstamų žmonių arba raustis šiukšlynuose. Kai kurie vaikai galėjo jausti nuolatinį alkio jausmą. Juos galėjo lydėti nesaugumo ir netikrumo jausmas, jog kitą dieną gali negauti maisto.

Normalu, kad vaikas, gyvendamas savo biologinėje šeimoje arba globos namuose, galėjo būti įpratęs prie kito maisto, jo kvapo ir skonio, nei gauna jūsų namuose. Todėl pradžioje būtų svarbu pasiteirauti paties vaiko arba globos namų darbuotojų, prie kokio maisto jis yra įpratęs, kokius patiekalus labiausiai mėgsta. Planuodami savo šeimos valgiaraštį, pasistenkite atsižvelgti ir į vaiko mėgstamus patiekalus.

Jei vaikas atėjo į jūsų šeimą iš biologinės šeimos, jis gali nemokėti naudotis įrankiais, būti neįpratęs prie reguliaraus valgymo laiko. Palaipsniui jis prisitaikys prie šeimoje nustatyto valgymo laiko. Jums gali atrodyti, kad vaikas valgo pernelyg daug arba pernelyg mažai. Pasistenkite neriboti vaikui maisto kiekio ir neversiti jo valgyti, jei jis nenori. Neretai valgydami vaikai patenkina ir savo psichologinius poreikius, pvz., valgo, kai jaučiasi nesaugūs, išgyvena didelį nerimą. Tokiais atvejais vaikui svarbu išmokyti patenkinti šiuos emocinius poreikius kitais būdais ir atskirti juos nuo fiziologinių poreikių.

Kiekviena šeima turi savo su maistu susijusias taisykles. Vienos šeimos leidžia vaikams užkandžiauti tarp pagrindinių valgymų, kitos – ne. Elkitės taip, kaip jūs įprastai elgiatės savo šeimoje, tik būtinai supažindinkite vaiką su jūsų šeimoje nustatytomis taisyklėmis, kad jis aiškiai žinotų jūsų lūkesčius jo atžvilgiu.

Ruošdami ir patiekdami maistą vaikui stenkitės:

- Kuo labiau atsižvelgti į vaiko mėgstamus patiekalus;
- Įtraukti vaiką į patiekalų planavimą ir ruošimą;

- Užtikrinti, kad patieksite bent kelis produktus, kuriuos vaikas mėgsta (galbūt nemėgsta mėsos, bet valgo bulves ir pan.);
- Valgyti pastoviu laiku;
- Valgyti visiems kartu kaip viena šeima;
- Valgio metu nespręsti tarpusavio ginčų, konfliktų.

Miegas

Jūsų šeimą atvykusiam vaikui gali būti labai sunku ramiai miegoti naujuose namuose. Vaikas, ypač jaunesnio amžiaus, gali jaustis nesaugus naujame kambaryje, neįpratęs prie naujų kvapų ir vaizdų. Jį gali erzinti net tai, kad patalynė kvepia kitaip, nei buvo įpratęs anksčiau. Kai kuriuos vaikus kankina naktiniai košmarai arba baimės, jie gali šaukti naktį. Miegodami taip pat gali jaustis vieniši ir pažeidžiami. Dalis globojamų vaikų, net ir paaugusių, vis dar šlapinasi naktimis į lovą.

Vaikai gali būti įpratę prie skirtingo nei jūsų namuose miegojimo režimo. Kai kurie pradeda vengti eiti miegoti, atidėlioti miegojimo laiką. Jiems taip pat gali būti sunku keltis rytais. Jūs galite padėti pasijusti saugesniems miego metu:

- Užtikrinkite vaiką, kad jo kambarys arba lova (jei vaikas dalijasi kambariu su kitais vaikais) yra jo asmeninė erdvė ir kiti šeimos nariai šią erdvę gerbia.
- Pirmosiomis dienomis visada paklauskite, ar jūs galite atsisėsti ant vaiko lovos.
- Stenkitės, kad vaikas eitų miegoti ir keltųsi tuo pačiu laiku. Jei vaikas buvo įpratęs prie kito miego režimo, pradžioje jam gali būti sunku laikytis naujo režimo. Tačiau būkite nuoseklūs, kantrūs ir supratingi – palaipsniui vaikas įpras ir prie naujo režimo.
- Pasistenkite susikurti kokius nors raminančius ritualus prieš miegą (pvz., išsivalyti dantukus, paskaityti knygą ir pan.) ir jų nuosekliai laikytis. Laikykitės tos pačios rutinos kiekvieną rytą, kad vaikas žinotų, ko gali tikėtis.

- Dažnai vaikai, ypač jaunesnio amžiaus, nori eiti miegoti su žaislais: lėlėmis, meškiukais arba pagalvėlėmis, nuotraukomis. Tai padeda vaikams jaustis saugesniems.
- Kai kurie vaikai gali bijoti užmigti tamsoje. Kai kuriems gali atrodyti, kad kažkas slepiasi po lova arba spinta. Vaikas gali turėti įvairių baimių ir fantazijų ir jomis labai tikėti. Ne nuvertinkite šių vaiko baimių, o jas gerbkite. Jei vaikas prašo, patikrinkite po jo lovą, spintose (jei vaikui atrodo, kad ten kažkas tupi), parodykite, kad langas tikrai yra tvirtai uždarytas. Jei vaikas nori, pastatykite jam naktinę lemputę, užtikrinkite, kad jis tikrai yra saugus.

Asmeninės ribos ir prisilietimai

Daug vaikų, patyrusių seksualinę ar fizinę prievartą, į savo kūnus žiūri kaip į priešus, kuriuos reikia nuo visų slėpti ir kurie nėra patrauklūs kitiems. Daugumai vaikų patinka, kai juos apkabina, kutena, šukuoja plaukus, tačiau prievartą patyrusiems vaikams šie dalykai gali sietis su labai neigiamais išgyvenimais, todėl reikėtų labai gerbti vaiko, kuris ateina į jūsų šeimą, asmenines ribas.

Vaikai, kurie patyrė prievartą ir nepriežiūrą, galėjo niekada neišmokti, kad savo kūnais reikia rūpintis ir juos saugoti. Vaikai gali priešintis prausimuisi, plaukų šukavimui, prisilietimui prie jų. Gali praeiti nemažai laiko, kol vaikai išmoks rūpintis, gerbti ir mylėti savo kūnus.

Atidžiai stebėkite vaiką ir jo siunčiamus signalus – kaip jis reaguoja į fizinį kontaktą. Būkite ypatingai budrūs ir atsargūs su vaikais, kurie praeityje yra patyrę fizinę ar seksualinę prievartą. Prisiminkite, kad jiems fiziniai prisilietimai susiję ne su meilės išraiška, o su skausmu. Jei norite padėti nusiprausti jaunesniam vaikui, rūpestingai paklauskite leidimo prieš liesdami jį, paaiškinkite, ką, kaip ir kodėl jūs norite prausti. Supažindinkite vyresnius vaikus su vonios aplinka – kaip naudotis vonia, dušu, unitazu, kur sudėtos įvairios higienos priemonės, rankšluosčiai. Užtikrinkite vaiką, kad kai jie prausis, niekas neužeis į vonią, jie dėl to gali būti saugūs.

Prisilietimai yra labai svarbūs sveikam vaiko vystymuisi. Tačiau vaikams, kurie patyrė prievartą, jie gali kelti daugiau nerimo nei džiaugsmo. Gali praeiti nemažai laiko, kol vaikai išmoks suprasti, kad prisilietimai gali raminti, suteikti pozityvių emocijų. Tai yra ilgas procesas, susidedantis iš labai mažų jūsų ir vaiko žingsnelių.

Vaikui labai svarbu suprasti ir pajusti, kad juo yra **rūpinamasi**. Vaikas pajaučia rūpinimąsi juo, kad suaugusieji tenkina jo fizinius ir emocinius poreikius. Kiekvieną kartą, kai yra patenkinami šie poreikiai (pvz., pakeičiamos sauskelnės, pamaitinama, paimama ant rankų, kai verkia), vaikas įgyja vis daugiau rūpinimosi patirčių. Tad **būkite nuoseklūs tenkindami vaiko fizinius ir emocinius poreikius**.

Kita svarbi taisyklė – **neskubėkite**. Jei matote, kad vaikas nejaukiausiai jaučiasi, kai prie jo yra liečiamasi, iš pradžių galite tiesiog pabūti jo kambaryje, vėliau ramiai pasėdėti ant jo lovytės, švelniai pasikalbėti. Jei vaikas vengia akių kontakto, nespauskite jo. Palaukite, kol pats inicijuos akių kontaktą. Jei tik pajausite, kad vaikas pasižiūrėjo jums į akis, paskatinkite šią vaiko reakciją – nusišypsokite, padrąsinkite.

Būkite prognozuojami. Staigus, netikėtas kontaktas gali labai išgąsdinti vaikus. Prieš ką nors veikdami paaiškinkite, ką ruošiatės daryti: „Aš dabar norėčiau pakeisti tavo sauskelnę“ arba „Norėčiau sušukuoti tau plaukus“. Kalbėkite net su kūdikiu. Nors kūdikiai jūsų nesupras, tačiau jaus ramų balsą, kuris juos nuramins.

3.5. VAIKO ADAPTACIJOS (APGYVENDINIMO) ŠEIMOJE YPATUMAI

Vaikas, kuris ateina į jūsų namus, turi prisitaikyti prie daugelio dalykų. Jūs ir jūsų šeima taip pat turėsite prisitaikyti prie daugelio dalykų. Vaikui viskas atrodo labai nauja: jis turi naujus tėvus (globėjus), naujus namus, galbūt seseris ir brolius, naujas taisykles ir lūkesčius, naujus kaimynus ir galbūt naują mokyklą. Kai vaikas pirmą kartą peržengia jūsų namų slenkstį, jo patyrimas gali būti panašus

į šoką. Jis gali būti sukrėstas staigių pasikeitimų jo gyvenime ir išsigandęs, ar jis sugebės įprasti prie tiek daug naujų žmonių ir situacijų.

Vaikui gali būti sunku palikti savo senuosius namus (nesvarbu, ar tai buvo jo biologinės šeimos namai, ar globos namai) ir apsiprasti naujoje aplinkoje. Vaikui gali būti labai sunku emociškai priimti naują šeimą, nes jis jaučia stiprų lojalumo jausmą savo biologinei šeimai. Jis gali labai idealizuoti savo tėvus, buvusius namus, priešintis naujų namų rutinai ir nustatytoms taisyklėms. Kartais vaikai nerodo jokių emocijų, bet išgyvena dėl ateities, turi daug baimių, neatsakytų klausimų.

Labai dažnai pirmosiomis savaitėmis, kai apsigyvena naujuose namuose, vaikas slepia savo tikruosius jausmus ir stengiasi įtikti dabartiniams tėvams ar globėjams. Vaikas bijo būti atstumtas ir stengiasi parodyti tik savo gerąsias savybes. Šis periodas neretai dar vadinamas „*medaus mėnesiu*“. Kai vaikas apsipranta ir pasijunta saugesnis, pradeda reikšti ir savo neigiamus jausmus (pvz., pyktį, susierzinimą, nusivylimą, agresiją), dėl kurių vaiko globėjai ar tėvai gali labai sunerimti ir išsigąsti. Nepaisant to, kad jums gali būti labai sunku dėl šių vaiko jausmų, pasistenkite suprasti, kodėl jis taip jaučiasi ir apie kokius savo poreikius praneša tokiu elgesiu. Prisiminkite, su kokiais neigiamais įsitikinimais apie save, aplinkinius ir pasaulį ateina į jūsų namus vaikas, praeityje išgyvenęs daug trauminių patyrimų. Neatstumdami vaiko, būdami šalia, suprasdami jausmus ir elgesio priežastis, leisdami išsipasakoti, pasitelkdami į pagalbą specialistus palaipsniui galite padėti jam išsilaisvinti nuo praeities „vaiduoklių“ ir pasijausti saugiu, mylimu ir reikalingu vaiku.

Ką reikėtų daryti ir ko nedaryti padedant vaikui priprasti jūsų namuose?

- Įsitinkite, kad jūsų namuose vaikas turi vietą, kurioje galėtų laikyti savo asmeninius daiktus.
- Neskubinkite vaiko kuo greičiau išpakuoti visus daiktus. Leiskite tai padaryti tada, kai jis pats bus tam pasiruošęs ir to norės. Pasiūlykite vaikui pagalbą arba tiesiog paaiškinkite, kur jis gali susidėti daiktus, kai bus pasiruošęs.

- Leiskite vaikui suprasti, jog jūs pritariate, kad jis savo kambaryje laikytų tėvų, brolių/seserų, draugų iš globos namų ir kitų jam artimų žmonių nuotraukas. Paašškinkite vaikui, kad suprantate šių žmonių svarbą.
- Nesistenkite pakeisti vaiko šukuosenos, drabužių stiliaus. Parodykite, kad priimate jį tokį, koks yra.
- Padėkite vaikui kuo greičiau įsivažiuoti į reguliarią rutiną, tačiau nerodykite nusivylimo, jei vaikas nereaguos taip, kaip jūs iš jo tikėtės (pvz., neis miegoti sutartu laiku). Kuo mažesnis vaikas, tuo svarbiau, kad jūs laikytumėtės tos pačios rutinos, prie kurios vaikas būtų įpratęs anksčiau (pvz., miego, valgymo įpročiai).
- Sudarykite vaikui galimybę kalbėti, tačiau nekamantinėkite apie jo praeitį ir nekritikuokite jo tėvų.
- Gerbkite vaiko privatumo poreikį. Neaptarinėkite tarpusavyje vaiko, kai jis šalia, nebent pats tampa jūsų pokalbio dalyviu.
- Leiskite vaikui įgyti pasitikėjimo savimi skirdami užduotis, kurias jis gali atlikti pagal savo gebėjimus. Dažnai kartokite, kaip jūs vertinate jo siūlomą pagalbą namų ruošoje ar kitose srityse.
- Būtinai pagirkite vaiką net už labai mažus dalykus.
- Rodykite nuoširdų domėjimąsi vaiku. Sudarykite sąlygas ir paskatinkite užsiimti jam patinkančia veikla (muzika, sportu, daile ir pan.).
- Supažindinkite vaiką su kaimynais ir bendruomene, kurioje gyvenate.
- Kuo greičiau įtraukite vaiką į jūsų šeimai svarbias veiklas ir renginius, pradėkite kabinti vaiko nuotraukas savo namuose.
- Adaptacijos pradžioje vaikas gali pradėti šlapintis į lovą, nevalingai tuštintis į kelnytes. Tai yra reakcija į pokyčius gyvenime. Nesmerkite vaiko ir nebauskite už tai, nes tai dar labiau paaštrins problemas. Naudokite pozityvią discipliną norėdami išmokyti vaiką tinkamo elgesio. Pvz., galite vesti su vaiku jo „šlapios lovos“ dienoraštį. Žymėkite kiekvieną dieną saulyte (ar kitu sutartu ženklu), kai jo lova liks sausa po naktinio miego, ir debesėliu, kai ji bus šlapia. Sutarkite su vaiku, kokio apdovanojimo jis

tikisi už tam tikrą saulyčių skaičių. Vaikui tas apdovanojimas turi būti labai patrauklus!

- Niekada nenaudokite tokių bausmių kaip mušimas, žnaibymas, stumdymas ir pan. Jos turi ypatingai žalojantį poveikį vaiko emocinei sveikatai. Tokios bausmės taip pat nėra tinkamos, kai stengiatės patraukti vaiko dėmesį.
- Įsitikinkite, kad jūsų namuose yra aiškos taisyklės ir lūkesčiai. Galite juos užrašyti ir pakabinti kurioje nors matomoje vietoje, pvz., ant šaldytuvo.
- Niekada negąsdinkite netinkamai besielgiančio vaiko bausme – išvarymu iš savo namų! Tai tikrai nepadės jums užmegzti gero kontakto.
- Parodykite pasitikėjimą vyresniais vaikais ir duokite jiems raktą nuo savo namų.
- Elkitės su globojamu ar įvaikintu vaiku taip, kaip elgiatės su savo kitais vaikais. Neišskirkite jo iš kitų.

Šeimos rutinos pritaikymas

Visos šeimos turi tam tikrą elgesio modelį, kaip jos nariai gyvena kartu – kokios dienotvarkės laikosi, kaip leidžia laisvalaikį ir pan. Jūsų šeima taip pat gali turėti nusistovėjusią dienotvarkę, kurios visi kartu laikotės. Arba ši dienotvarkė gali būti lanksti ir priklausyti nuo tam tikrų aplinkybių, pvz., nuo savaitės dienos.

Vaikas į jūsų šeimą ateina su savo rutina. Ji priklauso nuo to, kur vaikas gyveno anksčiau, kokios dienotvarkės įprato laikytis. Jei vaikas prieš tai gyveno globos namuose, tikėtina, kad buvo įpratęs prie labai gerai organizuotos dienotvarkės ir daugybės taisyklių. Jei vaikas prieš tai augo savo biologinėje šeimoje, didelė tikimybė, kad jis laikėsi tik kelių taisyklių arba jų jo šeimoje iš viso nebuvo nustatyta.

Labai svarbu, kad vaiko dienotvarkė, kurios jis buvo įpratęs laikytis, rastų vietą jūsų šeimoje. Tai nereiškia, kad jūs turite visiškai pakeisti įprastą jūsų šeimos

gyvenimą. Bet tam tikri pokyčiai yra neišvengiami. Pvz., jei buvote įpratę vėlai keltis, jums teks pakeisti šį įprotį, jei turėsite vaiką, kuris lanko kokią nors ugdymo įstaigą.

Vaikui nėra paprasta iš karto prisitaikyti prie naujosios šeimos rutinos. Leiskite vaikui iš pat pradžių kurį laiką stebėti jūsų šeimos rutiną. Vaikui reikia perprasti daug svarbių dalykų. Kas pirmas jūsų šeimoje keliai ir kas paskutinis eina miegoti? Kas pirmas naudojasi vonios kambariu ryte? Kelintą valandą paprastai ruošiama vakarienė? Ar tarp pagrindinių valgių vaikai gauna užkandžių? Ar vaikams yra leidžiama valgyti saldumynus? Kas išplauna indus? Ar kiekvienas turi išsiplauti savo indus? Kaip jūs paprastai leidžiate šeštadienius ir sekmadienius? Ar mėgstate aktyvų poilsį, ar dažniau laiką leidžiate namuose?

Norėdami padėti vaikui prisitaikyti prie jūsų šeimos, stenkitės kuo aktyviau įtraukti jį į bendras veiklas: kartu ruoškite valgių, kepkite pyragus, eikite pasivaikščioti į jūsų pamėgtas vietas, žaiskite stalo žaidimus, lankykite baseiną ir kt.

Šeimos taisyklės

Vaikams, kurie neteko savo tėvų globos, reikalingos ribos ir taisyklės kaip ir visiems kitiems vaikams. Kiekvienas vaikas turi žinoti, kas yra leistina ir kas ne. Vaikui yra labai svarbu suprasti, kad ribos jūsų šeimoje yra nuoseklios ir prognozuojamos. Tai padeda vaikui įgyti saugumo jausmą, pasitikėti jumis ir jūsų šeima. Į jūsų šeimą atėjęs vaikas mažai žino apie jūsų lūkesčius jo atžvilgiu, todėl supažindinkite jį su taisyklėmis ir padėkite suprasti, ko iš jo yra tikimasi.

Labai dažnai šeimos taisyklės yra nerašytos ir neformalios – gyvendami kartu šeimos nariai įpranta jų laikytis ir jos tampa kasdienio gyvenimo dalimi. Tačiau naujas žmogus, įžengęs į jūsų šeimos gyvenimą, šių taisyklių nežino, todėl svarbu jam padėti išmokyti šias taisykles ir jų laikytis. Dar prieš vaikui atvykstant į jūsų šeimą galite susėsti visi kartu ir aptarti, kokias taisykles laikote svarbiausiomis, kokio elgesio tikėtis iš vaiko. Aptarkite viską, kas yra svarbu jūsų šeimai. Pakalbėkite apie kasdienį jūsų šeimos gyvenimą ir taisykles, kurių jūs paprastai laikotės.

Taisyklės gali būti apie jūsų šeimai svarbius dalykus, pvz.:

- Ar vaikams yra leidžiama vaikščioti namuose apsiavus batus?
- Ar vaikams yra leidžiama valgyti savo kambarielyje ir prie TV?
- Iki kelintos valandos galima žiūrėti TV?
- Ar laikas prie kompiuterio yra ribojamas?

Turėkite omenyje, kad jums gali tekti mokyti vaiką gerbti kito žmogaus nuosavybę ir privatumą, pvz., neįeiti į kambarį be beldimo arba uždaryti tualetą duris. Taip pat labai svarbios taisyklės, kurios padeda vaikui palaikyti sveikatą ir užtikrina jo saugumą (pvz., nežaisti su elektros lizdais, 2 kartus per dieną valyti dantis ir pan.).

- Vaikas, atėjęs į naują šeimą, išgyvena **išsiskyrimo jausmą** – jis išsiskiria su savo biologine šeima, buvusiais globėjais, vaikų globos namų darbuotojais ir kitais jam svarbiais žmonėmis.
- **Vaikų reakcijos į išsiskyrimą priklauso nuo įvairių veiksnių**, pvz.: išsiskyrimo pobūdžio; amžiaus, kada vaikas patyrė išsiskyrimą; prierašumo prie asmens, su kuriuo vaikas išsiskyrė, stiprumo; gebėjimo suprasti išsiskyrimo priežastis; aplinkybių, kurios sukėlė išsiskyrimą; ankstesnių išsiskyrimų skaičiaus; pagalbos, kuri buvo suteikta vaikui.
- Netekties metu vaikas išgyvena **gedulą**. Gedulas – tai emocinė, fizinė ir elgesio reakcija į netektį. Svarbu suprasti, kad gedulas yra normali ir natūrali reakcija į netektį. Vaikai su gedulu susidoroja kitaip nei suaugusieji. Skiriamos **penkios gedulo stadijos**, reikalaujančios skirtingo pritaikymo prie jų:
 - **Neigimas ir izoliacija**. Vaikas neigia netekties įvykį ir atrodo emociškai „sustingęs“.
 - **Pyktis**. Vaikas išreiškia akivaizdų pyktį dėl to, kas įvyko.
 - **Derybos**. Vaikas pradeda derėtis su tais, kurie gali pakeisti situaciją.
 - **Depresija**. Būdingas nevilties, tuštumos, apatiškumo jausmas.
 - **Priėmimas**. Vaikas daugiau galvoja apie dabartį, ateitį, mažiau – apie praeitį.
- **Trauminės situacijos** – tai tokios ekstremalios kritinės situacijos, kurios turi labai neigiamą poveikį ir reikalauja iš individo milžiniškų pastangų susidoroti su jų sukeltomis pasekmėmis. Jos sukelia grėsmę vaiko arba jam artimo žmogaus gyvybei ir fiziniam integralumui. Trauminės situacijos gali būti vienkartinės (pvz., avarija, išprievartavimas, gamtos stichijos) ir pasikartojančios (pvz., karas, fizinis ir seksualinis smurtas).

- Vaikas ateina į jūsų šeimą su **neigiamais įsitikinimais ir lūkesčiais apie save, žmones, pasaulį**. Jums svarbu suprasti šiuos įsitikinimus tam, kad galėtumėte padėti vaikui įveikti traumos pasekmes ir sukurti su juo sveikus santykius. Traumą patyrę vaikai yra linkę atkartoti senus santykius su naujais žmonėmis. Svarbu paskatinti vaiką suabejoti šiais neigiamais įsitikinimais ir siūsti jam pozityvias žinutes apie jį, kitus žmones ir pasaulį. Padėkite vaikui įveikti emociškai sunkias situacijas, kurios neretai būna susijusios su valgymu, miegu, fiziniais prisilietimais ir asmeninėmis ribomis.
- **Prierašumas** – tai stiprus emocinis ryšys tarp dviejų žmonių. Vaiko prierašumas prie tėvų (arba kitų juo besirūpinančių žmonių) leidžia jam įgyti pasitikėjimo savimi ir kitais. Prierašumo ryšio kūrimąsi skatina:
 - **jūsų prieinamumas vaikui** – padeda vaikui įgyti pasitikėjimo savimi;
 - **jautrus reagavimas** – padeda vaikui išmokti reguliuoti emocijas ir elgesį;
 - **bendradarbiaujantis elgesys** – padeda vaikui sustiprinti „Aš“ efektyvumo jausmą;
 - **vaiko priėmimas** – formuoja saugumo jausmą;
 - **dalyvavimo jūsų šeimoje skatinimas** – padeda vaikui pajauti, jog jis kažkam priklauso.
- Labai svarbu, kad jūs pritaikytumėte **šėimos rutiną** atsižvelgdami į vaiko, atėjusio į jūsų šeimą, poreikius, ir paaiškintumėte jam apie jūsų šeimoje galiojančias **taisykles**.



4.

VAIKO POREIKIAI IR JŲ TENKINIMAS

4.1. VAIKO RAIDOS POREIKIAI

Žemiau pateiktoje lentelėje¹ yra apibrėžiamos svarbiausios vaikų charakteristikos skirtingais raidos tarpsniais bei atitinkami patarimai vaiko globėjams arba tėvams. Šios charakteristikos yra apibendrinančio pobūdžio: nebūtinai kiekvienas vaikas atitinka visas šias charakteristikas ir nebūtinai nurodytu chronologiniu amžiumi. Vaikų raida gali būti labai individuali: vieni vaikai vienus gebėjimus įgyja greičiau, kiti – kitus. Labai svarbu turėti omenyje, kad psichologines traumas patyrusių vaikų emocinė ir socialinė raida gali būti lėtesnė nei bendraamžių, neturėjusių tokių sunkių išgyvenimų. Tačiau raidos dėsnų supratimas padeda globėjams geriau suprasti skirtingo amžiaus vaikų poreikius, atitinkamai bendrauti su jais ir kurti jiems saugią ir supratingą aplinką.

NUO GIMIMO IKI 6 MĖNESIŲ	
Fizinė raida	• Noriai judina akis, burnytę ir kūnus žmonių ir objektų, kurie jį gali nuraminti ar sudominti, link. • Išsivysto individualus valgymo, tuštinimosi, miegojimo ritmas. • Vis geriau kontroliuoja motoriką: iš pradžių išmoka laikyti galvytę, kelia galvytę gulėdamas (-a) ant pilvo, po to apsiverčia, atsisėda pritraukiamas (-a) už rankyčių, po to jau gali trumpai pasėdėti vienas (-a). • Išlaiko žaisliuką rankytėje, siekia jo, paliečia ir sugriebia, kiša į burnytę
Pažintinė raida	• Jau gali atskirti motiną (arba kitą pagrindinį juo besirūpinantį suaugusįjį) nuo kitų. • Reaguoja ir imituoja kitų žmonių veido išraiškas, reaguoja į pažįstamus garsus. • Spontaniškai guguoja ir vokalizuoja.
Socialinė raida	• Jau antrąjį gyvenimo mėnesį atsiranda kūdikio socialinė šypsena, jis reaguoja į jį kalbinantį žmogų. • Bendrauja kūno judesiais (judindamas (-a) kojytes, rankytes), verkdamas (-a), guguodamas (-a), juokdamasis (-i)). • Mėgdžioja garsus ir gali pakartoti kai kuriuos balsius ir priebalsius. • Mėgsta, kai su juo (-a) žaidžia, kutena, glosto. • Šypsosi savo atvaizdai veidrodyje.

¹ Parengta remiantis Alabama Department of Human Resources (2001). The Foster Parent Handbook: A Guide for Alabama's Foster Parents. State by Alabama.

Emocinė raida	• Praleidžia daug laiko tyrinėdamas (-a) savo kūną – čiulpia savo pirštuką, apžiūrinėja rankytes, pasižiūri į tą kūno dalį, kuri buvo paliesta. • Atpažįsta pagrindinį juo besirūpinantį suaugusįjį. • Teigiamai reaguoja į prisilietimą ir džiaugiasi, kai yra paimamas (-a) ant rankų. • Skirtingai verkia, kai yra šlapias (-a), alkanas (-a), sušalęs (-usi). • Bijo garsaus, netikėto triukšmo, nepažįstamų situacijų arba žmonių, staigių judesių, skausmo.
Patarimai globėjams/įtėviams	• Jūsų uždavinys per pirmuosius vaiko gyvenimo metus – patenkinti pagrindinius kūdikio poreikius ir suteikti stimuliaciją, kuri paskatintų motorinę, socialinę ir emocinę raidą. • Kuo labiau pritaikykite dienvakšę prie vaiko poreikių. Šiuo metu jau nemanoma, kad vaiką reikia maitinti reguliariai, pagal grafiką. Svarbu atsižvelgti į jo poreikius. • Palaipsniui mokykitės atpažinti vaiko verksmą. Visada sureaguokite į kūdikio verksmą ir nebijokite jo išleptinti paimdami ant rankų. Prisiminkite, kad verksmas – tai svarbiausias vaiko komunikacijos būdas. • Kūdikui patinka žiūrėti į tam tikrus objektus, todėl pateikite jam įvairius vizualinius stimulus. • Kuo dažniau keiskite kūdikio poziciją, mankštinkite jo rankytes ir kojytes, kai jį maudote arba keičiate sauskelnes. • Kalbėkitės su kūdikiu ir suteikite jam įvairios stimuliacijos – pateikite objektus, kuriuos jis gali matyti, girdėti, sugriebti. • Žaiskite įvairius žaidimus su kūdikiu (pvz., „virė košė“, „kepan bandeles“), kutenkite, nešiokite kūdikį ant rankų, rodykite jam supančią aplinką. Jūs esate pats svarbiausias kūdikio „žaislas“ šiuo amžiaus periodu.

NUO ŠEŠIŲ MĖNESIŲ IKI VIENERIŲ METŲ

Fizinė raida	• Dauguma 6–9 mėnesių kūdikių išmoksta ropoti, pagriebti ir prisitraukti objektą prie savęs, perimti daiktą iš vienos rankytės į kitą. • Dauguma kūdikių iki 12 mėn. išmoksta savarankiškai sėdėti ir stovėti, vaikščioti prilaikomi, ridenti kamuoliu, mesti daiktą, įdėti ir išimti daiktus, pvz., iš žaislų dėžės. • Pradedą dygti dantukai.
Pažintinė raida	• Mokosi reaguoti į paprastus klausimus ir instrukcijas gestais, garsais, mėgdžioti gestus ir veiksmus, tiksliai eksperimentuoti su daiktų fizinėmis savybėmis, pvz., žiūrėti, kas atsitinka, jei daiktas yra įdedamas į tam tikrą indą arba jei šis indas yra apverčiamas.

	• Nors paprastai pradeda tarti savo pirmuosius žodžius tik vienerių metų, jau pradeda suprasti tokius paprastus žodžius, kaip: „valgyti“, „mama“, „ate“, „šuo“. • Patinka klausytis, kaip jūs įvardijate įvairius objektus, žiūrėti paveikslėlius knygutėse.
Socialinė raida	• Kūdikis demonstruoja didėjančius gebėjimus inicijuoti žaidimus su kitais, papildyti kitų iniciatyvas, naudoja verbalinę ir neverbalinę komunikaciją savo susidomėjimui ir įtakai kitiems išreikšti. • Pradedą susieti gestus su paprastais žodžiais arba žodžių frazėmis, pvz., „labas“ arba „ate ate“. • Supranta pažįstamų žmonių vardus, objektų pavadinimus. • Dauguma metų sulaukusių vaikų gali pasakyti vieną ar keletą žodžių. • Reaguoja į tvirtai pasakytą „ne“ – nustoja daryti tai, ką buvo pradėję.
Emocinė raida	• Rodo platesnį emocijų spektrą, gali išreikšti kelias gerai diferencijuotas emocijas. • Demonstruoja stipresnį prierašumą prie juo besirūpinančių suaugusiųjų, atskiria pažįstamus nuo nepažįstamų, nusišuka nuo nepažįstamų. Nusimena, kai mama (arba pagrindinis globėjas) jį palieka.
Patarimai globėjams/įtėviams	• Kadangi kūdikis šiuo periodu yra labai aktyvus, jums svarbu sudaryti jam saugią erdvę tyrinėti aplinką ir joje esančius daiktus. Įsitikinkite, kad vaikas negali pasiekti pavojingų daiktų. • Kuo daugiau žaiskite su kūdikiu! Kūdikui labai svarbios patirtys, kurių metu jis galėtų lavinti savo rankytes ir kojytes. • Kartokite tuos pačius žodžius ir veiklas. Įvardykite objektus, kuriuos vaikas mato arba kuriais naudojasi. Vartykite knygutes ir apžiūrėkite jose esančius paveikslėlius. • Šio amžiaus kūdikiui gali būti įdomūs ir naudingi kaip žaislai ir namų apyvokos daiktai: plastikiniai puodeliai, dubenys, puodų dangteliai, nedūžtantys veidrodžiai, kubeliai, dėžutės, už virvutės traukiami žaislai. • Dygstant dantims kūdikis gali būti irzlus ir šis procesas gali iš jūsų pareikalauti nemažai kantrybės. Stenkitės nuraminti kūdikį, paimti jį ant rankų, panešioti. • Prisiminkite, kad šiuo amžiaus periodu vaikas dar negali kontroliuoti savo tuštinimosi ir šlapinimosi, todėl nesistenkite jo išmokyti sėstis ant puoduko.

1–2 METAI

Fizinė raida	• Pradedą vaikščioti, lipti aukštyrį ir žemyn laiptais, užlipti ant baldų ir pan. • Mėgsta stumdyti, traukti už virvutės (ir kitaip) žaislus, gali pakelti žaislą stovėdamas, šoka pagal muziką.
---------------------	---

	• Pradeda pats savarankiškai valgyti šaukštu ir išlaikyti puodelį. • Gali pastatyti bokštą iš 2–3 kaladėlių. • Mėgsta išimti daiktus. • Gali paimti ir išlaikyti rankytėje mažą kamuoliuką ir jį mesti. • Pradeda pats savarankiškai rengtis.
Pažintinė raida	• Yra labai smalsus, mėgsta tyrinėti, pvz., kiša pirštukus į skylutes. • Gali įvardyti kelis jam pažįstamus objektus. • Vartoja vieno žodžio sakinius: „eiti“, „ate“, „niam-niam“ ir kt. • Gali parodyti tam tikras kūno dalis ir jam pažįstamus objektus. • Gali suprasti paprastus nurodymus: „pakelk žaislą“, „išgerk sultis“, supranta daug žodžių.
Socialinė raida	• Mama (arba pagrindinis globėjas) išlieka labai svarbi. • Mėgsta bendrauti su pažįstamais suaugusiais. Mėgdžioja – kopijuoja suaugusiųjų elgesį. • Daug reikalaujantis, užsispyręs, savarankiškas, duoda kitiems nurodymus. • Mojuoja „ate ate“. • Su kitais vaikais dar nežaidžia, labai egocentriškas, saugo savo daiktus. • Atpažįsta save veidrodyje arba nuotraukose.
Emocinė raida	• Gali pasireikšti stiprūs pykčio protrūkiai. • Ko nors negavęs reaguoja verksmu, nes negali visų savo norų įvardyti žodžiais. • Pradeda įsisąmoninti, kada suaugusieji pritaria jo elgesiui, o kada ne.
Patarimai globėjams/įtėvams	• Suteikite vaikui saugią erdvę, kurioje jis galėtų tyrinėti pasaulį. Nepalikite vaiko be priežiūros net trumpam vonioje. • Vaikas gali būti labai netvarkingas, tačiau leiskite jam pačiam valgyti šaukštu. Gaminkite maistą, kurį jis gali lengvai suvalgyti. Jei vaikas nori pats plautis rankytes, tačiau nepasiekia praustuvo, pastatykite jam mažą kėdutę. Leiskite vaikui pasijausti „dideliu“ ir pajėgiu. • Nuo pusantrų metų galite pradėti vaiką mokyti sėstis ant puoduko, tačiau labai jį nespaukite. • Naudokite tokius žaislus arba žaiskite tokius žaidimus, kad vaikas girdėtų skirtingus garsus, patirtų skirtingus pojūčius, matytų skirtingas formas ir spalvas. • Kuo daugiau kalbėkite su vaiku. Įvardykite tuos objektus, kuriuos jis mato. Kalbėkite apie veiklas, kuriomis užsiimate su vaiku (pvz., kai rengiate arba maudote). • Mokykite vaiką skirti ir pavadinti kūno dalis. • Nenusileiskite vaiko reikalavimams, bet ir nebauskite – jis išreiškia save taip, kaip moka. Įsitikinkite, kad nereikalaujate iš vaiko pernelyg daug.

2–3 METAI	
Fizinė raida	• Bėgioja, spardo ir mēto kamuolį, šokinėja, stumia, prilaikomas stovi ant vienos kojos. • Keverzoja, gali nupiešti apskritimą. • Savarankiškai valgo šaukštu. • Padeda jį aprengti ir nurengti (kiša rankytę, kt.). • Gali pastatyti bokštą iš 6–7 kaladėlių. • Dieną jau daug vaikų gali kontroliuoti šlapinimąsi ir tuštinimąsi. • Verčia knygos puslapius po vieną.
Pažintinė raida	• Reaguoja į paprastus nurodymus. • Pats pasirenka knygutes su paveikslėliais, įvardija pavaizduotus objektus. • Rūšiuoja daiktus pagal kokias nors kategorijas. • Atpažįsta save veidrodyje – pasako savo vardą. • Pasako sakinius iš 3–4 žodžių, pradeda vartoti būdvardžius. Gali paprastai atpasakoti dienos įvykius. • Pradeda mėgti paprastas daineles ir rimuotus eilėraštkus.
Socialinė raida	• Mama (arba pagrindinis globėjas) išlieka vis dar labai svarbi; nemėgsta nepažįstamų žmonių. • Mėgdžioja ir mėgsta padėti suaugusiesiems. Gali pamėgdžioti jau sudėtingesnius veiksmus. • Įsitraukia į paralelinius žaidimus – žaidžia šalia kitų vaikų, bet dar netiesiogiai. • Patinka, kai šalia yra kitų vaikų, bet su jais tiesiogiai nežaidžia. • Gali būti agresyvus. Kai supyksta, žnaibosi, kandžiojasi, stumdosi – tai dažnai atsitinka, kai kas nors sutrukdo jam žaisti arba paima jo daiktus. Labai saugo jam priklausančius daiktus. • Gali įvardyti savo lytį.
Emocinė raida	• Nori pats atlikti įvairius veiksmus. Išbando savo jėgą – dažnai sako „ne“. • Patinka, kai jį giria. • Rodo platų emocijų spektrą – šypsosi, juokiasi, pyksta, pikta verkia, spiegia, kt. Nuotikos dažnai keičiasi. • Vaikas dažnai pasitiki savimi ir nori būti geras, bet dar nėra tiek brandus atlikti daugumą dalykų, kuriuos prižada atlikti.
Patarimai globėjams/įtėvams	• Suteikite vaikui kuo daugiau erdvės judėti. Leiskite jam ir toliau tyrinėti, nenustatykite labai daug ribų. • Pradėkite mokyti vaiką sėstis ant puoduko. • Neverskite vaiko užsiimti viena veikla daugiau nei kelias minutes. • Daug kalbėkite su vaiku, kuo paprasčiau viską aiškinkite. • Mokykite dainelių ir eilėraštkų, tačiau jie turi būti trumpi ir juos reikia dažnai kartoti.

	• Leiskite vaikui atlikti paprastus veiksmus, kuriuos jis gali atlikti pats. Tvirtai laikykitės vaikui duodamų nurodymų, bet nebauskite jo už jausmų ir savarankiškumo demonstravimą. • Dažnai girkite vaiką.
--	--

3–4 METAI

Fizinė raida	• Lengvai bėgioja, šokinėja, lipa laiptais, gali pradėti važiuoti triratuku. • Gana lengvai apsirengia. • Gali pats valgyti šaukštu ir šakute. • Keverzoja apskritimus. Mėgsta žaisti su purvu, smėliu, dažyti su pirštukais, kt. • Gali sudėlioti paprastas dėlionės, konstruktorius. • Jau savarankiškiau kontroliuoja tualetą įgūdžius – gali būti sausas visą dieną, bet naktį dar gali prisišlapinti.
Pažintinė raida	• Yra žingeidus ir smalsus. Supranta daugiau, nei gali pasakyti žodžiais. • Vartoja sudėtingesnes gramatines formas, gali suprasti laiko sąvoką (pvz., „Rytoj ateis močiutė“). • Aktyviai rūšiuoja objektus, gali išdėlioti kelis objektus pagal dydį. • Piešia, įvardija ir trumpai paaiškina paveikslėlius. • Labai aktyviai ieško informacijos užduodamas klausimus „Kaip?“ ir „Kodėl?“ • Pasako savo vardą ir amžių. • Dažnai pasitelkia vaizduotę – pradeda žaisti simbolinius ir vaidmeninius žaidimus. • Pradeda suprasti priežasties ir pasekmės ryšį. • Mėgsta mokytis paprastų dainelių ir eilėraščių. • Pradeda domėtis savo kūnu ir kaip jis funkcionuoja.
Socialinė raida	• Gali atsiskirti nuo mamos (pagrindinio globėjo) trumpam laikui, nors ji vis dar labai svarbi. • Pradeda pastebėti, kaip skirtingai elgiasi moterys ir vyrai. Mėgdžioja suaugusiuosius. • Daugiau domisi kitais, pradeda žaisti grupinius žaidimus, mėgsta kompanijas. Bet dar nėra pasirengęs laikytis tam tikrų žaidimo taisyklių. • Jau gali dalintis.
Emocinė raida	• Vystosi pasitikėjimas savimi ir savarankiškumas. • Rūpinasi, kaip patikti suaugusiems, yra priklausomas nuo kitų pritarimo, meilės, pagyrimų. • Gali emociškai pratrūkti, kai nusivilia.

- Gali labiau save kontroliuoti, mažiau agresyvus. Vartoja verbalinius gąsdinimus (pvz., „Aš tave užmušiu“).
- Pradeda atskirti gera nuo blogo.

Patarimai globėjams/ tėvams

- Atidžiai stebėkite, kad vaikas neužliptų pernelyg aukštai. Tokio amžiaus vaikai dažnai dar neįvertina saugaus atstumo.
- Suteikite vaikui kuo daugiau galimybių lavinti smulkiosios motorikos įgūdžius.
- Įvardykite visas kūno dalis be jokio vertinimo. Atsakykite į visus klausimus apie kūno funkcijas paprastai ir sąžiningai.
- Paskatinkite žaisti vaidmeninius žaidimus (galite žaisti kartu su vaiku).
- Nurodykite ir paaiškinkite paprastą priežasties ir pasekmės ryšį – kaip lietus padeda augti gėlytėms, kaip mušimas įskaudina žmogų ir pan.
- Paaiškinkite vaikui įvairius dalykus, nuoširdžiai atsakykite į jo klausimus, padėkite jam išreikšti žodžiais savo jausmus ir mintis.
- Vaikas pradeda identifiкуotis su savo lyties vaidmeniu, todėl elkitės taip, kaip norėtumėte, kad vaikas elgtųsi.
- Pasirūpinkite žaislais, kad jais galėtų žaisti keli vaikai. Padėkite vaikui atrasti socialiai priimtinius būdus bendrauti su kitais vaikais.
- Girkite vaiką gestais, žodžiais, veido išraiška. Venkite kritikuoti vaiką. Pabrėžkite, kad jūs jį labai mylite. Kurkite šiltus santykius su vaiku.
- Paskatinkite vaiką savarankiškai atlikti tuos darbus, kuriuos jis sugeba padaryti.
- Nustatykite aiškias ribas – laikykitės jų nuosekliai.

4–5 METAI

Fizinė raida	• Yra labai aktyvus – visada ką nors veikia. • Labiau mėgsta kalbėti arba žaisti nei valgyti. Gali būti nevalgas.
Pažintinė raida	• Turi platų žodyną – 1500–2000 žodžių. Labai domisi kalba. Mėgsta nustebinti suaugusiuosius – pasako kokius nors išgalvotus žodžius arba keiksmažodžius, kuriuos išgirsta. Pats kuria istorijas, eilėraštus. Apjungia savo mintis į istorijas. • Yra nepasotinamai smalsus. Užduoda daugybę klausimų, nuolat plepa. • Gali šiek tiek samprotauti, bet vis dar klaidingai supranta daugelį dalykų. • Gali nupiešti žmogų, suskaičiuoti iki 5, pasakyti miestą arba gatvę, kurioje gyvena.
Socialinė raida	• Vaikui patinka žaisti su kitais vaikais. Jis jau gali turėti geriausių draugų. • Mėgsta mėgdžioti suaugusiųjų veiklas. Turi gerą vaizduotę – mėgsta apsimesti. • Yra mažiau agresyvus.

	• Mokosi dalintis, laikytis taisyklių, sulaukti savo eilės. • Žaidžia įsivaizduojamus žaidimus vienas arba su kitais vaikais (pvz., šeimą arba gydytoją). • Domisi lyties skirtumais.
Emocinė raida	• Gali būti labai reikalaujantis, mėgti gąsdinti, prasivardžiuoti. Dažnai išbando žmones norėdamas suprasti, ką jis gali kontroliuoti. • Mėgsta vadovauti, kariauti. Gali svyruoti tarp kraštutinumų – iš pradžių labai vadovauti, po to drovėtis. Dažnai zyzia, verkia, skundžiasi. • Mėgsta girtis, ypač apie save ir šeimą. • Labiau pasitiki savimi ir pasauliu, geriau supranta kitų žmonių jausmus. • Pradedą suprasti gėrį ir blogį; dažnai nori daryti gera. Gali smerkti kitus už blogus poelgius.
Patarimai globėjams/įtėvams	• Suteikite kuo daugiau erdvės judėjimui tiek patalpoje, tiek lauke. Pasirūpinkite vaiko poilsiu, jis gali greitai pavargti. • Pasakokite vaikui įdomias istorijas, sakykite įdomius žodžius. Žaiskite žodinius žaidimus. Kantriai atsakykite į vaiko klausimus. • Ignoruokite netinkamus žodžius. • Suteikite patirčių, kurios praplėstų vaiko samprotavimo gebėjimus, pvz., užduokite jam mįsles. Jei vaikas neteisingai samprotauja, pataisykite jį. • Skatinkite vaiko vaidmeninius žaidimus. • Mokykite vaiką pozityvaus socialinio elgesio nebausdami jo ir nebardami. • Mokykite vaiką priimti paprastas atsakomybes ir laikytis paprastų taisyklių, pvz., sulaukti savo eilės. Nustatykite ribas ir jų laikykitės. • Mokykite išreikšti jausmus žodžiais, per fizinę arba kūrybinę veiklą. • Suteikite galimybes vaikui kalbėti apie save ir šeimą. • Stiprinkite vaiko pozityvų „Aš“ jausmą, pabrėždami jo stiprybes. Užtikrinkite vaiką, jog jį mylite.

5–6 METAI

Fizinė raida	• Gali pats apsirengti ir nusirengti. • Pradedą ryškėti dominuojanti ranka. • Savarankiškai patenkina savo tualetą poreikius. • Supranta lyčių skirtumus, mažėja domėjimasis šiais skirtumais. • Turi didesnę apetitą. • Mėgsta paprastą, jam pažįstamą maistą.
Pažintinė raida	• Gali vykdyti nurodymus, priimti pagalbą. • Pažįsta spalvas, skaičius, kt. • Atpažįsta kai kurių monetų vertes. • Gali gebėti parašyti keletą raidžių. • Domisi, iš kur atsiranda vaikai.

Socialinė raida	• Mėgdžioja suaugusiuosius. Yra ramus ir draugiškas. • Mėgsta būti giriamas. • Žaidžia su berniukais ir mergaitėmis. Gali žaisti su vienu vaiku arba vaikų grupe. • Santykiuose su kitais nereikalauja labai daug dėmesio. • Mėgsta paklusti, kritikuoja tuos, kurie nepaklūsta.
Emocinė raida	• Apskritai yra patikimas, stabilus, gerai prisitaikęs. • Kai susinervina arba nusimena, gali susiformuoti įprotis graužti nagus, mirksėti, šniurkščioti nosimi, kosėti ir t. t. • Labai mėgsta elgtis taip, kad suaugusiesiems tai patiktų. • Domisi, kaip gali būti geras. Gali pameluoti arba kaltinti kitus už netinkamą elgesį, nes pats labai stengiasi įtikti suaugusiesiems ir viską daryti teisingai. Supranta, kas yra gerai ir kas yra blogai.
Patarimai globėjams/įtėvams	• Suteikite vaikui galimybę žaisti žaidimus, kuriuose reikia laikytis tam tikrų instrukcijų. • Padėkite vaikui atrasti tas veiklas, kurios jam patinka. Nekritikuokite vaiko. Suteikite vaikui saugią aplinką. Demonstruokite meilę ir būkite jautrūs tiems dalykams, kurie vaiką trikdo. • Padėkite vaikui atskirti gėrį nuo blogio. Nesipiktinkite, kai vaikas sako netiesą, bet mokykite vaiką priimti atsakomybę už savo veiksmus. Mokykite teisingo elgesio ir požiūrio ir tai gali būti integruota į kasdienį vaiko gyvenimą.

6–7 METAI

Fizinė raida	• Labai entuziastingas, pilnas energijos, nenurimsta vietoje. • Dar yra nevikrus, prastos koordinacijos. • Tualetas: labai retai prisišlapina į kelnes – tik tuomet, kai yra labai emociškai nusiminęs arba perdėtai susijaudinęs. Labai užsižaidžia, todėl gali tekti priminti nueiti į tualetą. • Aiškiai supranta lyčių skirtumus. Tyrinėja vienas kitą. Įsitraukia į seksualinius žaidimus, rodo vienas kitam lytinius organus. Gali žaisti daktarą ir ligoninę. • Pradedą slopinti masturbaciją. • Gali turėti neprognozuojamą išrankumą maistui ir dažnai atsisakyti valgyti tai, ko nemėgsta.
Pažintinė raida	• Kai susijaudina, gali pradėti mikčioti. • Nori visko – jam gali būti sunku pasirinkti. • Gali skaityti ir rašyti.

Socialinė raida	- Kaltina mamą (arba pagrindinį globėją) už viską, kas vyksta ne taip, kaip tikisi. - Užmezga santykius už šeimos ribų. - Labai mėgsta, kai jį giria. Tai veikia geriau už kitas disciplinos formas. - Draugystės yra nestabilios. Kartais gali elgtis nedraugiškai su bendraamžiais. - Nori būti laimėtojas – keičia taisykles, kad jos atitiktų jo poreikius.
Emocinė raida	- Gali sunkiai priimti kritiką, pasmerkimą, bausmę. Jis yra savo pasaulio centras, gali būti pagyrūniškas ir egocentriškas. - Gali būti negatyvus, daug reikalaujantis, neprisitaikantis, lėtai reaguojantis; demonstruoja verbalinę agresiją, gali vėl atsirasti stiprūs pykčio protrūkiai. Jeigu nelaimi, gali pradėti apgaudinėti. Lengvai pradeda įvairius dalykus, bet sunkiai užbaigia. - Labai susirūpinęs geru ir blogu elgesiu, ypač jei tai susiję su jo šeima ir draugais. Kartais kaltina kitus už netinkamus poelgius.
Patarimai globėjams/įtėviams	- Vaikas lengvai priima idėją, jog kūdikis auga mamos pilvelyje (gimdoje). Vaikų seksualiniai žaidimai dažniausiai tėra tiesiog smalsumo, bandymo gauti daugiau informacijos išraiška. Į visus vaiko klausimus, susijusius su seksu, atsakykite paprastai ir nuoširdžiai. - Padėkite vaikui suprasti, kad suaugusiesiems jis tikrai rūpi. - Sudarykite vaikui kuo daugiau galimybių bendrauti su bendraamžiais. Mokykite vaiką, kaip susidraugauti ir išsaugoti draugystes. Mokykite vaiką pralaimėti. - Vaikui reikalingas nuraminimas ir supratimas, kantrybė. Vaiko „Aš“ jausmui stiprinti svarbu skatinti jo savarankiškumą, suteikti jam galimybių daryti tam tikrus dalykus pačiam. Kuo dažniau pagirkite vaiką. - Nustatykite logiškas, vaiko amžiui tinkamas ribas, paaiškinkite jas, padėkite vaikui veikti šių ribų rėmuose. Būkite nuoseklūs. Žaiskite įvairius žaidimus – ne tik tokius, kur vienas turi būtinai laimėti. - Mokykite vaiką tinkamai išreikšti savo agresiją ir frustraciją. Dabar jis turi tam pakankamai brandžius kalbos ir intelektualinius gebėjimus, kurių neturėjo anksčiau. - Mokykite vaiką atsakyti už savo paties elgesį. Užtikrinkite vaiką, jog kiekvienas padaro klaidų. Mokykite atsiprašyti.

7–8 METAI

Fizinė raida	- Jau beveik niekada neprisišlapina į kelnytes. - Mažiau domisi lytiniais dalykais, tačiau gali žaisti tam tikrus lytinius žaidimus (pvz., daktaro ir ligonio).
---------------------	--

Pažintinė raida	- Gali ilgesniam laikui sukaupti dėmesį. - Geriau orientuojasi laike ir erdvėje, gali įvardyti dabartinį mėnesį, metų laikus.
Emocinė raida	- Yra mažiau agresyvus nei anksčiau. Retesni pykčio protrūkiai. - Nemėgsta kritikos, labai stengiasi gauti bendraamžių pritarimą. - Yra jautresnis savo paties ir kitų jausmams. - Vaikui gali būti sunku kalbėti apie savo jausmus, kai jis yra labai susijaudinęs, tačiau yra pajėgus kalbėti apie jausmus retrospektyviai.
Socialinė raida	- Dažnai savikritiškas ir perfekcionistas. - Dažnai užsisvajoja, pasineria į save, atsiribojęs. Labiau suvaržytas ir atsargus. - Mažiau impulsyvus ir egocentriškas.
Patarimai globėjams/įtėviams	- Stiprinkite vaiko pasitikėjimą savimi. Užuoat kritikavę, ieškokite galimybių jį pagirti ir paskatinti. Užtikrinkite vaikui, kad yra normalu daryti klaidas. - Priimkite norą pritapti ir gauti bendraamžių pritarimą. Suteikite vaikui kuo daugiau meilės, parodykite jo pasiekimus, skatinkite. - Susitarkite su tuo, kad vaikas kartais gali būti abejingas arba gali neturėti nuotaikos. Padėkite jam išreikšti jausmus.

8–9 METAI

Fizinė raida	- Yra užsiėmęs, aktyvus, greitas, gali dažnai nukristi arba užsigauti. - Susijaudinęs gali liesti lytinius organus. Pradeda pasakoti nešvankybės – kikeną, juokiasi. Gali vogčiomis žvilgčioti į tėvus ir kitus. Nori tikslesnės informacijos apie nėštumą ir gimimą.
Pažintinė raida	- Nori žinoti įvairių reiškinių priežastis. Gali geriau suprasti kontekstą, priežastis ir pasekmes. - Pradeda atsirasti dedukcinio ir indukcinio mąstymo įgūdžiai. - Neretai dar pervertina savo galimybes ir gebėjimus. - Gali susikaupti kelioms valandoms.
Socialinė raida	- Lengvai susidraugauja, turi vieną ar kelis geriausius draugus. - Mėgsta mokyklą, nepatinka praleisti pamokų, daug kalba apie mokyklą. - Artimai draugauja su tos pačios lyties draugais – pasireiškia lyčių atskyrimas. - Tampa svarbios grupės. - Domisi praeities istorija, labai mėgsta žiūrėti savo ankstyvos vaikystės nuotraukas, klausyti istorijų apie save.

Emocinė raida	- Gali būti perdėtai savikritiškas, linkęs viską labai dramatinizuoti, yra labai jautrus. - Turi mažiau iracionalių baimių. Gali pasireikšti ir kai kurios iš ankstesnių baimių, bet jos yra silpnesnės, greitai praeinančios. - Gali ginčytis ir priešintis nurodymams, bet galų gale paklūsta. Gali reikalauti neatidėliotino apdovanojimo. - Dažniausiai yra meilus, paklusnus, linksmas, draugiškas, mėgstantis bendrauti, smalsus, bet taip pat gali būti grubus, egoistiškas, reikalaujantis, norintis vadovauti. - Kartais mėgstantis kikenti, kvailioti. - Gali išgyventi kaltės ir gėdos jausmus.
Patarimai globėjams/įtėviams	- Raginkite vaiką atlikti tai, ką jis gali padaryti, bet ir suteikite jam galimybių išbandyti naujus iššūkius. Akcentuokite ne galutinį rezultatą, bet tai, ko naujo jis išmoko. - Leiskite vaikui kuo daugiau bendrauti su bendraamžiais, skatinkite jį dalyvauti įvairiose bendraamžių grupėse. - Girkite, nekritikuokite. Paskatinkite už pastangas, leiskite pačiam pamatyti savo progresą ir pasiekimus. - Aiškiai pasakykite nurodymus ir neįsitraukite su vaiku į kovos ir jėgos žaidimus. - Leiskite vaikui pasidžiaugti tinkamu humoru, būkite atlaidūs jo kikenimams ir kvailiojimui. - Nelyginkite vieno vaiko su kitu. Girkite ir stiprinkite pasitikėjimo savimi jausmą.

9–10 METAI

Fizinė raida	- Dažni aktyvūs, net grubūs žaidimai, ypač berniukų. - Labai domisi komandiniais žaidimais. - Gera kontroliuoja savo kūną. Labai motyvuotas pagerinti savo įgūdžius, tapti greitesnis, stipresnis. Mėgsta sudėtingesnius žaidimus (pvz., „parduotuvė“), rankdarbius.
Pažintinė raida	- Gali abstrakčiau mąstyti, pats samprotauti. - Patinka mokytis mintinai, ką nors planuoti. - Mėgsta skaitymą, rašymą, naudojimąsi knygomis ir informacija. - Gali priimti informaciją iš kelių šaltinių ir suformuoti savo nuomonę. - Mėgsta kolekcionuoti įvairius dalykus.
Socialinė raida	- Berniukai ir mergaitės skiriasi pagal asmenybę, charakteristikas, pomėgių sritis. Mėgsta žaisti ir bendrauti grupėse, bet tik su tos pačios lyties vaikais. - Vaiką įtraukia draugai ir įvairios veiklos. Mėgsta grupinius nuotykius ir bendradarbiavimą grupėje.

Emocinė raida	- Nori būti labai nepriklausomas, bet kartu yra labai priklausomas. - Labai gerai suvokia, kas yra teisinga. Tiesos ieškotojas. - Stiprus polinkis į rungtyniavimą. - Yra labiau pajėgus priimti savo nesėkmes ir klaidas, priimti atsakomybę už savo veiksmus. - Gera supranta, kas yra gerai ir kas yra blogai. Nori elgtis gerai, bet kartais pernelyg stipriai reaguoja arba priešinasi griežtai sąžinei.
Patarimai globėjams/įtėviams	- Suteikite kuo daugiau galimybių vaiko fiziniam judėjimui skatinti, aktyviems fiziniams žaidimams. Organizuokite komandinius žaidimus. - Jei vaikas domisi, užsiimkite su juo rankdarbiais. Organizuokite daug žaidimų, kuriuose vaikas gali lavinti savo smulkiosios motorikos įgūdžius. - Nelyginkite berniukų su mergaitėmis ir neverskite jų žaisti kartu, jei jie to nenori. - Suteikite vaikui specifinės informacijos ir faktų. Nesuteikite visų atsakymų, leiskite pačiam vaikui pagalvoti, pasvarstyti, aptarti. - Turėkite omeny ir gerbkite individualius skirtumus, kai darote tam tikrus sprendimus ir skirate atsakomybes. - Suteikite vaikui galimybių skaityti, rašyti, naudotis paieškos sistemomis, tačiau nenuvarginkite. - Būkite šilti, bet tvirti. Nustatykite ir laikykitės pagrįstų ribų. - Skatinkite vaiko draugystes ir padėkite, jei vaikas turi mažai draugų arba jų visai neturi. - Padėkite vaikui suprasti, jog priimate ir mylite jį tokį, koks jis yra, nepriklausomai nuo to, kad nepritariate tam tikram jo elgesiui. Suteikite galimybių vaikui patirti tiek savo savarankiškumą, tiek ir pagalbos iš jūsų poreikį. - Būkite atviri ir sąžiningi su vaiku. Suteikite jam galimybių laimėti, be kartu ir mokykite jį pralaimėti. - Nesmerkite vaiko pernelyg už jo prasižengimus, padėkite jam išmokti priimti atsakomybę už savo veiksmus. - Dažnai parodykite vaikui savo meilę ir paramą jam.

10–11 METŲ

Fizinė raida	- Mergaitės yra labai susirūpinusios savo stiliumi ir išvaizda. - Berniukai yra labiau aktyvūs ir grubūs. - Gera koordinuota smulkioji ir stambioji motorika. - Turi 14–16 nuolatinių dantų.
Pažintinė raida	- Gali logiškai argumentuoti; patinka faktai. - Mėgsta skaityti. - Turi įvairių pomėgių. Pradedama ryškėti tam tikri gabumai.

Socialinė raida	- Gali pradėti garbinti tam tikrą herojų. - Yra labai išrankūs draugaudami – gali turėti vieną geriausią draugą. - Svarbu būti tam tikros grupės nariu.
Emocinė raida	- Mėgsta privatumą. - Mergaitės bręsta greičiau nei berniukai. - Retai verkia, bet gali verkėti, kai supyksta. - Labiausiai yra susirūpinęs dėl mokyklos ir santykių su bendraamžiais. - Turi labai tvirtą teisingumo jausmą, griežtą moralinį kodeksą. Labiau susirūpinęs tuo, kas yra blogai, o ne kas yra gerai.
Patarimai globėjams/ tėvams	- Padėkite suprasti, kas yra sveika mityba. - Suteikite vaikui galimybių puoselėti savo talentus, interesus. - Galite aptarti narkotikų, alkoholio vartojimo, rūkymo žalą. - Praleiskite su vaiku kuo daugiau laiko. - Leiskite vaikui turėti užrakinamą dėžutę. Jis taip pat gali užkabinti lentelę „Netrukdyti“ ant savo kambario durų, kai nori pabūti vienas. - Nekritikuokite vaiko kitų vaikų akivaizdoje. Išsakykite visas pastabas vaikui tada, kai esate tik dviese.

11–12 METŲ

Fizinė raida	- Mergaitėms pradeda vystytis antriniai brendimo požymiai. - Berniukai lenkia mergaites pagal ištvėrmę. - Vis geriau suvokia savo kūną. - Paspartėja raumenų augimas.
Pažintinė raida	- Pradeda abejoti suaugusiųjų žiniomis. - Stiprėja loginio mąstymo gebėjimai. - Kritiškai vertina savo kūrybos produktus. - Domisi pasauliu ir bendruomene.
Socialinė raida	- Yra kritiškas suaugusiųjų atžvilgiu – gali labai įžeidžiančiai apie juos kalbėti. - Labai domisi komandomis ir organizuotais, į rungtyniavimą orientuotais žaidimais. - Vaikui labai svarbu priklausyti tam tikrai bendraamžių grupei.
Emocinė raida	- Dažnai pyksta. - Piktinasi, kai jam yra pasakoma, ką reikia daryti. - Priešinasi rutininiams darbams. - Dažnai keičiasi nuotaikos. - Dramatizuoja ir perdeda (pvz., „mano mama blogiausia pasaulyje“). - Daug baimių, nerimo, verksmo. - Labai nori atitikti tam tikros grupės normas, laikytis jos taisyklių.

Patarimai globėjams/ tėvams	- Paaškindite mergaitėms apie menstruacijas. - Suteikite vaikui galimybę dalyvauti tam tikruose būreliuose, užsiimti sportu. - Kartu su vaiku nustatykite ribas ir nuspręskite, kokios yra jo pareigos ir atsakomybės.
------------------------------------	--

12–15 METŲ

Fizinė raida	- Paauglystės pradžią paprastai lydi staigus ir greitas ūgio, svorio augimas. - Mergaitės palaipsniui pasiekia fizinę ir lytinę brandą. Prasideda berniukų fizinis ir lytinis brendimas. - Labai susirūpinęs, kaip atrodo.
Pažintinė raida	- Mėgsta diskutuoti ir argumentuoti. - Gali vis geriau įsiminti tam tikrus dalykus. - Vis geriau mąsto logiškai, abstrakčiai. - Vystosi gebėjimas reflektuoti, perteikti savo paties požiūrį. - Turi polinkį idealizuoti.
Socialinė raida	- Atsiriboja nuo tėvų, laiko juos „senamadiškais“. Mažėja poreikis leisti laiką šeimoje. - Berniukai paprastai priešinasi bet kokiems bandymams jiems parodyti meilę. - Mano, kad tėvai juos pernelyg daug riboja. - Ginčijasi. - Mergaitės rodo didesnę susidomėjimą berniukais, nei tai daro berniukai.
Emocinė raida	- Yra būdinga dažna bloga nuotaika. - Yra retesni pykčio protrūkiai. Supykęs dažniausiai piktai atkerta ir išeina iš kambario. - Labiau nerimastingas negu baimingas – dėl pažymių, išvaizdos, populiarumo. Atsisakyęs, pasinėręs į save. - Žino, kas yra gerai ir kas blogai. - Stengiasi pasverti įvairias alternatyvas ir priimti teisingą sprendimą. Dažnai atrodo susimąstęs. - Nemėgsta meluoti, bet dažnai nepasako visos tiesos.
Patarimai globėjams/ tėvams	- Neleiskite, kad diskusijos virstų ginčais. - Nenuvertinkite vaiko idėjų (jiems šios idėjos tikrai atrodo svarbios), bet padėkite priimti realybę. - Padėkite vaikui įgyti planavimo įgūdžių. - Neįsižeiskite ir nepriimkite vaiko žodžių asmeniškai. Prisiminkite, kad jūs vis dar svarbūs, tačiau kitaip, nei tuomet, kai paauglys buvo vaikas.

16–18 METŲ	
Fizinė raida	Jau pasiekia fizinę brandą.
Pažintinė raida	- Vaikui gali būti reikalinga pagalba nusprendžiant, kuo jis nori būti ateityje. - Pradeda domėtis suaugusiųjų skirtomis knygomis, žurnalais, interneto portalais.
Socialinė raida	- Palaiko draugiškus santykius su tėvais. - Vaikšto į pasimatymus. - Patinka veiklos su priešingos lyties draugais. - Dažnai turi daug draugų ir kelis geriausius draugus.
Emocinė raida	- Nerimauja dėl ateities – ką daryti. - Retėja pykčio protrūkiai. - Vis dar nerimauja, kaip atrodo. - Žino, kas yra gerai ir kas blogai, bet ne visada elgiasi gerai. - Lengviau priima kritiką ir nėra linkęs daug kritikuoti kitus be jokios aiškos priežasties. - Nori suprasti gyvenimo prasmę ir rasti savo vietą pasaulyje.
Patarimai globėjams/ tėvams	Gali būti reikalinga profesinio orientavimo pagalba. Paskatinkite galvoti apie ateitį.

4.2. VAIKO TEISĖS IR PRIVATUMAS

Lietuva yra ratifikavusi Jungtinių Tautų vaiko teisių konvenciją, kuri nustato civilines, teises, kultūrines, socialines, ekonomines vaikų teises. Kiekvienas vaikas turi teises ir teisėtus interesus, apibrėžtus šioje konvencijoje. Vaiko teisių konvencija turi keturis pagrindinius principus:

- Vaikai neturi patirti diskriminacijos „nepriklausomai nuo vaiko, jo tėvų arba teisėtų globėjų rasės, odos spalvos, lyties, kalbos, religijos, politinių ar kitokių pažiūrų, tautybės, etninės ar socialinės kilmės, turto, sveikatos, luomo ar kokių nors kitų aplinkybių“.
- Vaikai turi teisę fiziškai, emociškai, psichologiškai, socialiai, kognityviai ir kultūriškai gyventi ir vystytis.

- Imantis bet kokių su vaiku susijusių veiksmų ar sprendimų, svarbiausia yra vaiko interesai. Šis principas turi būti taikomas tiek vyriausybių, administracijų ar teisėsaugos, tiek šeimos sprendimams priimti.
- Vaikai turi teisę būti aktyviais dalyviais, sprendžiant visus su jų gyvenimu susijusius klausimus, bei laisvai reikšti savo nuomonę. Jie taip pat turi teisę būti išklausyti.

Remiantis šia konvencija, taip pat kitais vaiko teisių apsaugos įstatymais, vaikas, atvykęs į jūsų šeimą, turi įvairias teises ir teisėtus interesus. Galima išskirti šias svarbias globojamo vaiko teises:

- Vaikas turi **teisę** į pagarbą elgesį su juo kaip su asmenybe.
- Vaikas turi **teisę** turėti juo besirūpinančią ir mylinčią šeimą, gyvenimą saugioje ir švarioje vietoje.
- Vaikas turi **teisę** žinoti, kodėl jis buvo atskirtas nuo biologinės šeimos ir kokie yra planai dėl jo ateities.
- Vaikas turi **teisę** gauti tinkamas globos paslaugas, geriausiai atitinkančias jo interesus, jeigu jis negali gyventi kartu su savo biologine šeima.
- Vaikas turi **teisę** gyventi su savo broliais ir seserimis, jei įmanoma ir jei tai atitinka jo interesus.
- Vaikas turi **teisę** gauti atvirą informaciją apie svarbius sprendimus, susijusius su jo gyvenimu.
- Vaikas, priklausomai nuo savo amžiaus ir brandos, turi **teisę** išreikšti savo nuomonę dėl svarbių su juo susijusių sprendimų.
- Vaikas turi **teisę** gauti paramą ir pagalbą iš atsakingų suaugusiųjų.
- Vaikas turi **teisę** į pagarbą elgesį su juo, jo nediskriminavimą priklausomai nuo rasės, amžiaus, lyties, negalių, seksualinės orientacijos ar religijos.
- Vaikas turi **teisę** į savo kultūrinių ir religinių papročių praktikavimą (tiek, kiek tai leidžia naujos gyvenamosios vietos aplinkybės).
- Vaikas turi **teisę** būti apsaugotas nuo fizinės, seksualinės ir emocinės prievartos ir atstūmimo.

- Vaikas turi **teisę** į tinkamą medicininę ir psichologinę pagalbą.
- Vaikas turi **teisę** gauti pakankamai maisto, jam tinkamus ir patinkančius drabužius, švarią lovą ir asmeninės higienos priemones.
- Vaikas turi **teisę** turėti pakankamai privačios erdvės.
- Vaikas turi **teisę** gauti išsilavinimą ir pagalbą skatinant jo emocinį, fizinį, intelektualinį, socialinį ir dvasinį augimą.
- Vaikas turi **teisę** dalyvauti jo interesus ir poreikius atitinkančiose laisvalaikio veiklose.
- Vaikas turi **teisę** kontaktuoti ir matytis su savo biologine šeima, jei jo individualios socialinės globos plane nėra numatyta kitaip.
- Vaikas turi **teisę** būti atstovaujamas įvairiose teisinėse situacijose, kreiptis į vaiko teises atstovaujančias tarnybas, jei mano, kad jo teisės ir teisėti interesai yra pažeidžiami.

Asmeniniai daiktai

Daiktai, kuriuos vaikas atsiveža kartu su savimi į jūsų namus, yra jo ir turi jam ypatingą svarbą. Kiekvienam vaikui yra labai svarbu turėti vietą, kurią jis galėtų vadinti **sava**. Svarbu gerbti šią vaiko asmeninę vietą kartu su joje esančiais daiktais.

Kai vaikas palieka jūsų namus (pvz., yra grąžinamas į šeimą arba įvaikinas), jam turi būti leista pasiimti su savimi visus asmeninius daiktus, drabužius, dovanas, kurias jis gavo.

Žiniasklaida

Vaikas negali būti filmuojamas ir fotografuojamas be jūsų leidimo. Nei filmuota medžiaga su juo, nei jo nuotraukos negali būti demonstruojami viešojoje erdvėje (pvz., TV, interneto svetainėse, laikraščiuose), jei jūs nedavėte tam sutikimo. Gerbkite vaiko nuomonę, jei jis nenori duoti sutikimo viešinti savo nuotrauką ar kitą medžiagą, galinčią atskleisti jo tapatybę (net jeigu jūs tam ir neprieštaraujate).

4.3. FIZINĖS IR PSICHIKOS SVEIKATOS PRIEŽIŪRA

Dar prieš vaikui persikeliant į jūsų namus, jūs jau turėsite informacijos apie jo sveikatos būklę ir poreikius, persirgtas ligas, medikų rekomendacijas. Jūs taip pat turėsite užregistruoti vaiką pas šeimos gydytoją, kuris toliau seks jo sveikatą. Vaiko globėjams labai svarbu registruoti vaiko sveikatos istoriją: kokiomis ligomis persirgo arba kokias traumas patyrė, kokių jam buvo skirta medikamentų, kokių gydytojų rekomendacijų buvo laikomasi, nuo kokių ligų buvo skiepytas (ši informacija saugoma skiepų pase), saugoti išrašus iš sveikatos priežiūros įstaigų (pvz., jei vaikas buvo hospitalizuotas).

Vaikas gali turėti ne tik fizinės, bet ir psichikos sveikatos sunkumų. Be abejo, prievartos patyrimas, prieraišumo ryšių nutraukimas turi įtakos vaiko emocinei ir socialinei raidai. Vaikai yra mažiau brandūs ir turi mažiau resursų susidoroti su labai sunkiomis situacijomis nei suaugusieji. Vieni iš dažniausių vaikų elgesio ir emocinių sunkumų, su kuriais susiduria globėjai ir tėviai, yra šie:

- Dėmesio ir hiperaktyvumo sutrikimas.
- Prieraišumo sutrikimas.
- Opozicinio elgesio sutrikimas.
- Depresija, nuotaikos sutrikimai.
- Potrauminio streso sutrikimas.
- Išveika, susijusi su patirta seksualine prievarta.
- Nuolatinis melavimas, vogimas, agresija.

Dažnai vaiko elgesio ir emociniai sunkumai atspindi praeityje patirtas traumas. Ypatingai sunkios yra šios traumos:

- Rimta liga arba priverstinis atskyrimas nuo tėvų (arba pagrindinių globėjų) per pirmuosius trejus gyvenimo metus.
- Fizinį poreikių netenkinimas, ypač per pirmuosius dvejus gyvenimo metus, fizinė prievarta.

- Seksualinė prievarta bet kuriuo raidos tarpsniu.
- Vaikas buvo trauminio įvykio stebėtojas (matė, kaip nužudomas jam artimas žmogus).
- Tėvų arba brolio/sesers mirtis.
- Vaikas buvo priverstas dalyvauti sektos arba grupės veikloje, kuri praktikuoja gąsdinančius ritualus, aukoja gyvūnus ir pan.
- Vaikas buvo paliekamas vienas ilgą laiką tarpui arba buvo ilgą laiką užrakintas.

Kiekvienas vaikas ateina į šeimą su savo „nematomu lagaminu“, kuriame atsineša savo jausmus, patirtis, išgyvenimus. Kai kuriuos iš šių dalykų jis galės išspręsti kartu su savo naująja šeima, tačiau kai kurie sunkumai turi būti sprendžiami kartu su specialistu.

Kai kurie vaikai ateina jau su anksčiau nustatytais emociniais ir elgesio poreikiais, pvz., jūs jau galite žinoti, kad vaikas pasižymi tam tikrais sunkumais. Tačiau gali būti ir taip, kad jūs pirmasis pastebėsite vaiko specialiuosius poreikius. Tuomet labai svarbu, kad kreiptumėtės pagalbos į specialistus – psichologus arba, jei sunkumai yra labai rimti, – į vaikų ir paauglių psichiatrus.

Kuo anksčiau suteiksite vaikui pagalbą, tuo didesnė tikimybė, kad ateityje jis neturės rimtų psichikos sveikatos problemų, pvz., neįsitrauks į narkotikų ar alkoholio vartojimą, neturės kriminalinės patirties, suicidinių bandymų.

Vaikui gali būti reikalinga profesionali pagalba, jei jo elgesyje stebite šiuos požymius:

- Neselektyvus prierašumas, t. y. vaikas demonstruoja meilumą ir prierašumą prie visų suaugusiųjų, net tokių, kuriuos mato pirmą kartą.
- Destruktyvus sau, kitiems žmonėms, materialiniams dalykams, yra perdėti agresyvūs su kitais.
- Vaikas demonstruoja seksualiai agresyvių elgesį, verčia kitus vaikus įsitraukti su juo į seksualinę veiklą.

- Haliucinacijos, klaidės: vaikas gali girdėti garsus, matyti vaizdus, kurių kiti negirdi ir nemato, gali tapti keistas elgesys.
- Vaikui ypač sunku susidraugauti su kitais vaikais, jis jaučiasi socialiai atstumtas ir izoliuotas.
- Vaikui būdingi dažni neprognozuojami pykčio proveržiai.
- Vaikas išsako suicidines mintis, ketinimus, bando nusižudyti.
- Vaikui būdinga impulsų kontrolės stoka, trumpa dėmesio apimtis, hiperaktyvumas.
- Valgymo problemos: persivalgo, vemia, atsisako valgyti, perdėtai laikosi dietų, pastebimai mažėja vaiko svoris.
- Perdėtas domėjimasis mirties simboliais, agresija, kruvinais, sadistiniais ar mazochistiniais vaizdais.

Pastebėję šiuos simptomus, kreipkitės į psichikos sveikatos specialistus. Kartu su jais jūs sudarysite pagalbos vaikui planą.

4.4. MOKYKLA

Jūs, kaip vaiko globėjai ar tėviai, turėtumėte aktyviai dalyvauti vaiko ugdymo procese: padėti vaikui atlikti namų darbus, dalyvauti tėvų susirinkimuose ir vaiko šventėse mokyklose, konsultuotis su mokytojais, jei vaikui mokykloje iškyla tam tikrų sunkumų.

Vaikas gali lankyti arba vietinę mokyklą pagal jūsų gyvenamąją vietą, arba tą mokyklą, kurią lankė anksčiau, jei ji nėra labai toli nuo jūsų gyvenamosios vietos. Prisiminkite, kad vaikui, ypač patyrusiam įvairių psichologinių traumų, nėra lengva keisti mokyklą ir adaptuotis naujoje mokykloje. Jam nėra paprasta susidraugauti su kitais vaikais, užmegzti ryšį su naujais mokytojais. Dar prieš vaikui atvykstant į jūsų namus, jūs jau turėsite informacijos apie jo akademinį pasiekimą ir sunkumus. Gali būti, kad anksčiau vaikas mokėsi pagal adaptuotą arba

modifikuotą bendrojo lavinimo programą. Tokiam vaikui gali prireikti daugiau pagalbos iš jūsų ugdymo procese.

Pasistenkite kuo aktyviau įsitraukti į vaiko mokyklos veiklą, parodykite, kad jūs nuoširdžiai domitės, kaip jam sekasi mokykloje. Gali būti, kad vaikas turės įvairių elgesio sunkumų mokykloje, pvz., jam gali būti sunku sutelkti dėmesį, jis gali trukdyti kitiems vaikams per pamokas, gali demonstruoti nepagarbų elgesį su mokytojais. Prisiminkite, kad vaikai, augę neprižiūrimi ir apleisti, paprastai turi didelių žinių spragų. Vaikas gali turėti žemą motyvaciją mokytis, nes jam tiesiog nesiseka. Nėra lengva kiekvieną dieną eiti į mokyklą ir jaustis, kad nesupranti mokymosi medžiagos. Vaikui taip pat gali būti sunku sutelkti dėmesį. Be to, jis gali sunkiai sutarti su bendraklasiais, o tai taip pat turi neigiamos įtakos jo adaptacijai mokykloje. Sprendžiant šiuos vaiko mokymosi sunkumus, labai svarbu veikti kaip viena komanda su mokytojais. Būtinai palaikykite kontaktą su vaiko klasės auklėtoja, kitais pedagogais, tarkitės dėl įvairių sunkumų ir galimybių jam padėti. Konsultuokitės su socialiniu darbuotoju, psichologu. Daugiau apie pagalbą vaikams, susiduriantiems su mokymosi sunkumais, skaitykite VI dalyje.

Dar vienas svarbus patarimas globėjams – paruoškite vaiką tinkamai papasakoti savo istoriją naujai klasei. Padėkite vaikui sukurti jo „viršelio istoriją“. „Viršelio istorija“ – tai sutrumpintas, pernelyg daug neatskleidžiantis paaiškinimas, kodėl vaikas negyvena savo biologinėje šeimoje. „Viršelio istorijos“ pavyzdžiai:

- *Mano tėvai turėjo labai daug asmeninių problemų ir negalėjo tinkamai manimi pasirūpinti.*
- *Deja, mano šeimoje nebuvo galimybių man tinkamai augti, todėl buvo reikalinga nauja šeima.*
- *Mano tikrieji tėvai dėl įvairių problemų negalėjo manimi pasirūpinti, bet mes palaikome ryšį.*

Kai kurie suaugusieji ar vaikai būna pernelyg įkyrūs ir toliau klausinėja, net jeigu vaikas ir nenori tęsti pokalbio (pvz., pradeda klausinėti, kokių problemų buvo šeimoje ir pan.). Tuomet su vaiku galima aptarti, kaip jis galėtų pasipriešinti šiems įkyriems klausinėjimams, pvz.:

- *Labai atsiprašau, bet aš nenorėčiau daugiau apie tai kalbėti.*
- *Tai yra labai asmeninė informacija.*
- *Man sunku atsakyti į šį klausimą.*

Reikėtų taip pat paaiškinti vaikams, kad dažnai kiti vaikai būna smalsūs ne todėl, kad nori pasityčioti ar įžeisti, bet iš paprasto vaikiško smalsumo.

4.5. SAUGUMAS

Jūsų namai turi būti saugūs vaikams. Turi būti laikomasi visų priešgaisrinės apsaugos reikalavimų. Svarbu, kad patalpos, kuriose gyvena vaikas, būtų švarios, tvarkingos, kad jose nebūtų rizikos veiksnių (pvz., netvarkingai saugomų medikamentų), kurie galėtų pakenkti vaiko saugumui ir sveikatai. Patalpos turėtų būti pakankamai apšviestos, tinkamai šildomos ir vėdinamos.

Vežant vaikus automobilyje, svarbu laikytis saugos diržų naudojimo taisyklių, kaip tai nurodoma Kelių eismo taisyklėse:

- Žemesni kaip 135 cm ūgio vaikai lengvuju ar krovininiu automobiliu vežami tik specialiose jų ūgiui ir svoriui pritaikytose atitinkamos grupės sėdynėse:
 - 0 grupė skirta vaikams, sveriantiems mažiau kaip 10 kg;
 - 0+ grupė skirta vaikams, sveriantiems mažiau kaip 13 kg;
 - I grupė skirta vaikams, sveriantiems nuo 9 iki 18 kg;
 - II grupė skirta vaikams, sveriantiems nuo 15 iki 25 kg;
 - III grupė skirta vaikams, sveriantiems nuo 22 iki 36 kg.
- Draudžiama ant priekinės motorinės transporto priemonės sėdynės vežti vaiką specialioje jo ūgiui ir svoriui pritaikytoje sėdynėje, kurios atlošas atsuktas į priekinį motorinės transporto priemonės stiklą, jeigu priekinė sėdynė apsaugota saugos pagalve. Ši nuostata netaikoma, jeigu priekinės saugos pagalvės veikimo mechanizmas išjungtas.

Pasitikrinkite, ar jūsų namuose yra laikomasi šių saugumo taisyklių:

- Vaikams nėra prieinami ir pasiekiami degtukai.
- Namuose turite pirmosios pagalbos vaistinėlę ir ji yra saugoma vaikams nepasiekiamoje vietoje.
- Radiatoriai, karšto vandens vamzdžiai, viryklės, židiniai turi specialias apsaugas, apsaugančias vaikus nuo nudegimų.
- Žinote ar esate užsirašę (geriau visiems gerai matomoje vietoje) ekstrinės pagalbos tarnybos telefono numerius.
- Laiptai (jei tokius turite) turi apsaugas arba turėklus, yra tvirti ir gerai apšviesti.
- Vaistai, aštrūs daiktai (pvz., žirkklės, peiliai) yra saugomi vaikams nepasiekiamoje vietoje.
- Įrankiai, ypač elektriniai, yra saugiai padėti ir nėra prieinami vaikams.
- Vaikams nėra prieinama buitinė chemija (pvz., valikliai, indų plovimo priemonės).
- Kiemas (jei turite nuosavą namą) yra aptvertas tvora ir saugus vaikų žaidimams (pvz., jame nėra pavojingų griovių, į kuriuos galima įkristi).
- Žaidimo erdvėje nėra aštrių ar kitų pavojingų vaikams objektų.
- Namuose nelaikomi gyvūnai, galintys sužaloti vaiką (pvz., agresyvus šuo).

4.6. SOCIALINĖS IR LAISVALAIKIO VEIKLOS

Vaikams yra svarbu dalyvauti įvairioje laisvalaikio, mokyklos, bendruomenės, bažnyčios ar kitoje veikloje. Dalyvavimas tokiose veiklose padeda vaikams ir paaugliams įgyti įvairių gebėjimų, stiprinti pasitikėjimą savimi, pajauti savo galimybes, puoselėti religinius ir tautinius papročius.

Vaikas, priklausomai nuo interesų ir gebėjimų, gali lankyti įvairius būrelius: sporto, muzikos, dailės, keramikos, plaukimo. Jis taip pat gali tapti skautų klubo narys arba įsitraukti į bažnyčios veiklą.

Vaikas gali užsiimti savo mėgstama veikla nebūtinai būrelyje. Pvz., jei vaikui patinka žaisti krepšinį ar tenisą, jis gali tai daryti ir lauke aikštelėje. Bet labai svarbu, kad jūs užtikrintumėte vaiko saugumą. Įsitikinkite, kad aikštelė, kurioje žaidžia vaikas, jam yra saugi ir joje jis negali susižeisti.

Norėdami užtikrinti vaikui saugią aplinką, laikykitės šių rekomendacijų:

- Žinokite, kur yra jūsų vaikas, su kuo tuo metu leidžia laiką ir ką jie veikia kartu. Paprašykite, kad vaikas visada praneštų jums, jei kur nors išeina su draugais. Patikslinkite, kuriam laikui jis planuoja išeiti. Norėdami įsitikinti, kad vaikas saugus, neskambinkite jam kas penkias minutes. Parodykite, kad pasitikite vaiku. Paskambinkite tik tuomet, jei jis negrįžta sutartu laiku.
- Pasidomėkite, su kokia įranga žaidžia jūsų vaikas, ar ji yra jam saugi.
- Įsitikinkite, kad vaikas yra tinkamai apsirengęs tai veiklai, kuria jis užsiima (pvz., jei žiemą čiuožinėja nuo kalno, jis turi turėti tinkamus drabužius).
- Nepalikite vaikų vienių prie vandens tvenkinių, net jei ir žinote, kad jie moka plaukti. Laikykitės šios taisyklės: „Į vandenį – tik su suaugusiuoju“.

Kai kurie vaikai gali turėti sveikatos problemų ir jiems gali būti reikalingas ypatingas dėmesys ir priežiūra. Pvz., jei vaikas serga astma ir jį ištinka astmos priepuoliai, jis visada turi turėti jam reikalingą inhaliatorių. Būtinai pasitarkite su šeimos gydytoju dėl rekomendacijų, kurių vaikas, turintis tam tikrų sveikatos problemų, turi laikytis užsiimdamas savo mėgstama veikla.

4.7. VAIKO FINANSAI

Kišenpinigių mokėjimas vaikui padeda jam išmokti tvarkytis su finansais. Be to, negaudamas kišenpinigių vaikas gali išsiskirti iš draugų, nes dauguma tėvų duoda savo vaikams kišenpinigių. Kiek jūs skirsite pinigų savo vaikui, priklausos nuo jūsų finansinių galimybių. Jei šeimoje auga kitų vaikų, globojamam/įvaikintam vaikui turėtumėte skirti tokią pačią pinigų sumą, kaip ir kitiems vaikams. Daž-

niausiai tėvai duoda vaikams kišenpinigių priešpiečiams arba pietums nusipirkti. Bet labai svarbu, kad bent dalį skiriamų pinigų vaikas galėtų išleisti taip, kaip nori. Tai padeda vaikui ugdyti savarankiškumo ir planavimo įgūdžius.

Duodami vaikui kišenpinigių, atsižvelkite į jo amžių ir gebėjimus prisiimti atsakomybę. Jeigu jaučiate, kad vaikas yra labai impulsyvus ir nemoka tvarkytis su pinigais, pradėkite duoti kišenpinigius mažomis sumomis ir stebėkite, kaip sekasi. Paaiškinkite vaikui, kaip elgtis su pinigais, kaip planuoti savo išlaidas. Paimkite popieriaus lapą ir kartu surašykite, kam vaikas nori leisti savo kišenpinigius. Surašykite visas planuojamas išlaidas. Tada pasikalbėkite, ar vaikas nori ateityje įsigyti kokį nors daiktą, pamokykite, kaip reikėtų susitaupyti pinigų tam daiktui (tai gali būti ir bilietas į kiną ar kas nors kita). Pirmam kartui taupymo tikslas neturėtų būti labai didelis, kitaip sakant, pasistenkite sugalvoti jį tokį, kad vaikui nereikėtų labai ilgai taupyti. Jei vaikas yra impulsyvus ir nekantrus, jam bus labai sunku taupyti labai ilgai. Jis praras motyvaciją ir greitai nusivils. Nuspręskite kartu su vaiku, kiek pinigų iš savo kišenpinigių jis gali atidėti ir taupyti. Vaikas gali šiuos pinigus įmesti į taupyklę arba atiduoti jums (jeigu jam taip bus saugiau).

Jeigu vaikas atlieka papildomus namų ruošos darbus (ne tuos, kurie įeina į jo pareigas namuose), galite jam duoti papildomų kišenpinigių. Jei vaikas elgiasi netinkamai ir nusižengia tam tikrai taisyklei, galite skirti jam pasekmę – kišenpinigių apribojimą. Specialistai nerekomenduoja už prasižengimus apriboti kišenpinigius daugiau kaip 50 proc. Kitaip vaikas gali jaustis labai piktas ir nusivylęs. Jei vaikas sugadina kokį nors daiktą, jis gali kompensuoti jo išlaidas iš kišenpinigių. Bet ir tokiu atveju stenkitės apriboti kišenpinigius taip, kad nusižengimo atveju jis jų gautų ne mažiau kaip 50 proc.

4.8. VAIKO SAVIVERTĖS SKATINIMAS

Žemos savivertės vaikas – tai ne tik nedrąsus, neryžtingas, nerimaujantis socialinėse situacijose vaikas. Prastai save vertinantis vaikas gali būti ir verbaliai bei fiziškai agresyvus, neteisingai interpretuojantis kitų vaikų reakcijas ir suvokiantis jas kaip patyčias ar jo pažeminimą. Žema vaiko savivertė gali pasireikšti

ir vaiko nenoru mokytis, įsitraukti į popamokinę veiklą. Vaikas gali būti įsitikinęs, jog jis yra nieko vertas ir jokia veikla jam nepasiseks. Norėdamas apsaugoti ir taip trapią savivertę, jis gali atrodyti pasyvus ir niekuo nesidomintis. Agresija taip pat gali tapti įrankiu savivertei pakelti.

Savivertė – tai jausmas apie save. Tai yra jausmas, kiek esi pajėgus susidoroti su pagrindiniais gyvenimo iššūkiais bei kiek esi vertas gyventi laimingai. **Tai yra jausmas, kiek esu kompetentingas ir vertingas. Tai yra vidinės vertės jausmas, padedantis bendradarbiauti su kitais ir įveikti įvairius gyvenimo iššūkius.**

Mūsų ankstyvosios patirtys formuoja mūsų požiūrį į save, kitus žmones, aplinkinį pasaulį. Jei kūdikis sulaukia jautraus atsiliepimo į savo poreikius, jis jaučia, kad gali pasitikėti aplinkiniu pasauliu, o kartu ir pačiu savimi: „Aš esu pakankamai stiprus ir vertingas ir galiu sulaukti atsako į savo poreikius“. Augdamas ir sąveikaudamas su aplinkiniu pasauliu, vaikas įgyja „Aš“ jausmą. Pozityvios patirtys ir santykiai skatina teigiamą požiūrį į save, tuo tarpu neigiamos patirtys turi atvirkštinį poveikį.

Pozityviai save vertinantys vaikai labiau pasitiki savimi, mažiau bijo nesėkmių, dažniau linkę rizikuoti. Susidūrę su nesėkme jie nenuvertina savęs ir nuleidžia rankų, bando iš naujo. Žemai save vertinantys vaikai nuolat bijo nesėkmės ir yra visuomet nepatenkinti savimi. Jų požiūrį į save atspindi šie teiginiai:

- Aš žinau, kad man nepasiseks.
- Aš nieko negaliu padaryti gerai.
- Aš norėčiau būti kuo nors kitu.
- Aš žinau, kad nesugebėsiu.

Kaip paskatinti teigiamą vaiko savivertę?

Nepaisant to, kad savigarbos ištakos glūdi ankstyvoje vaikystėje, jūs galite atlikti labai didelį vaidmenį formuodami vaiko požiūrį į save. Laikas, kurį skiriate vaikui, ir jūsų bendravimo su juo kokybė gali padėti jums įdiegti vaikui asmeninės vertės ir kompetencijos jausmą. Štai keletas svarbių patarimų, kaip paskatinti teigiamą vaiko savivertę.

Rodykite vaikui besąlygišką meilę ir jo priėmimą. Besąlygiškas vaiko priėmimas toli gražu nereiškia, kad jūs pritariate visiems vaiko poelgiams ir sprendimams. Vaikui svarbu žinoti, kad jūs jį mylite ir vertinate, nepaisydami jo praeities, netinkamų poelgių ir sprendimų. Savo teigiamą požiūrį į vaiką rodykite bendraudami su juo, žaisdami, kartu užsiimdami kokia nors veikla. Rodykite, kad jums patinka vaiko draugija ir kartu leidžiamas laikas.

Girkite ir drąsinkite vaiką. Visada pastebėkite ir pagirkite vaiką, kai jis atlieka ką nors gerai, parodo pastangas. Paskatinkite net iš pirmo žvilgsnio atrodančius labai nereikšmingus dalykus. Pvz., jei vaikas nusinešė nuo stalo lėkštes į kriauklę – tai yra proga jį pagirti. Pasistenkite, kad pagyrimų skaičius per dieną nebūtų mažesnis nei penki. Girdami būtinai įvardykite, už ką giriate. Antraip pagyrimai gali atrodyti tušti ir neprasmingi. Pvz., vietoj „Šaunuolis!“ arba „Geras berniukas“ yra tikslingiau pasakyti: „Ačiū, kad padėjai broliui sutvarkyti pieštukus“ arba „Tu taip puikiai pastatei šį namą“. **Leiskite vaikui rinktis.** Kai yra tinkama situacija, leiskite vaikui pasirinkti pačiam, gerbkite ir tvirtai laikykitės vaiko sprendimo. Parodydami pasitikėjimą vaiko gebėjimu pačiam pasirinkti, galite padėti jam sustiprinti savivertę. Jei vaikui nėra galimybės rinktis pačiam, t. y. sprendimą turite priimti jūs, būtinai paaiškinkite savo sprendimo priežastis. Taip parodysite vaikui pagarbą.

Įtraukite vaiką į veiklas ir užduotis, kurios jam būtų tikras iššūkis. Tam, kad vaikas išmokytų pasitikėti savimi, jam labai svarbu suteikti tokias užduotis, kurios atitiktų jo galimybių ribas. Antraip jis nuolat patirs frustraciją, pasikartojančias nesėkmes, mažės jo motyvacija ir pasitikėjimas savimi. Kita vertus, labai lengvos užduotys, nereikalaujančios daug pastangų, gali trukdyti vaikui pereiti į kitą lygmenį. Kai vaikas sėkmingai įveikia sudėtingą užduotį, auga jo pasitikėjimas savimi.

Padėkite vaikui susidoroti su neigiamu bendraamžių poveikiu. Vaikui augant, neišvengiamai bendraamžių įtaka jam darosi vis stipresnė. Vaikai gali būti labai jautrūs tam, ką apie juos galvoja bendraamžiai (kaip vertina jų išvaizdą, drabužius, pomėgius ir kt.). Deja, ne visi bendraamžiai gali būti labai taktiški. Jei jūsų vaikas susiduria su patyčiomis, suteikite palaikymą ir „normalizuokite jo jausmus“ – nėra vienam nėra malonu, kai iš jo tyčiojamasi. Padėkite vaikui suprasti, kad tikroji savivertė nepriklauso nuo drabužių, materialinių daiktų, fizinės išvaizdos, pinigų.

Padėkite vaikui susidoroti su kartais atsitinkančiomis nesėkmėmis ir neigiamu įvertinimu. Vaikui ne tik svarbu pajauti sėkmės skonį, bet ir susidoroti su kartais pasitaikančiomis nesėkmėmis. Vaikui svarbu žinoti, kad sėkmė ne visada įmanoma, o gyvenime yra ir momentų, teikiančių nusivylimą. Yra visiškai normalu kartais patirti nesėkmę. Labai naudinga, jei pasidalintumėte ir savo patirtimi, pvz., papasakotumėte, kaip mokykloje jums nesisekė koks nors dalykas ir kaip jūs susidorojote su šiuo sunkumu.

Venkite perdėtos ir griežtos kritikos. Vaikui svarbu žinoti, kad jūs jį vertinate ir gerbiate tokį, koks jis yra. Tačiau tam tikra konstruktyvios kritikos dozė taip pat yra reikalinga. Jūs, kaip vaiko globėjai arba tėviai, turite padėti vaikui koreguoti netinkamą elgesį. Kritika praranda konstruktyvumą, kai tampa pernelyg dažna ir griežta. Ji neturėtų pavirsti vaiko gėdijimu arba pažeminimu. Žalingą poveikį vaiko savivertei turi jo pravardžiavimas (pvz., kvailys, nemokša, nevykėlis, kt.), šaukimas ir gėdijimas kitų vaikų akivaizdoje.

Būkite vaikui pozityvios savivertės pavyzdys. Vaikai stipriai veikiami jiems artimų suaugusiųjų pavyzdžio. Todėl labai svarbu, kad jūs savo realiame gyvenime rodytumėte tą elgesį ir vertybes, kurių mokote vaiko. Parodykite vaikui, kad jūs pasitikite savo gebėjimais, nepaisydamas retkarčiais pasitaikančių nesėkmių, o jūsų savivertė nepriklauso vien tik nuo išorinių veiksnių, t. y. nuo to, ką apie jus pasakys kiti.

4.9. VAIKO TAPATUMO JAUSMO SKATINIMAS

Tapatumas – tai vaiko atsakymas į klausimą „Kas aš esu?“ Šis klausimas apima dabartinio „Aš“, praeities „Aš“ ir asmens, kuriuo norėtų tapti ateityje, integraciją. Kitais žodžiais tariant, tapatumas – tai yra savo asmens unikalių savybių ir to, kaip šios savybės buvo, yra ir bus išreikštos laikui bėgant ir įvairiose situacijose, suvokimas. Tapatumas – tai savybių rinkinys, skiriantis žmogų nuo kitų ir grupuojantis jį su kitais. Tapatumo formavimasis yra laipsniškas procesas. Pirmiausia vaikas tapatinasi su savo tėvais ir jų vertybėmis, su savo lyties

priskirtais vaidmenimis. Paauglystėje jo tapatumo formavimuisi didelę įtaką turi bendraamžiai. Taigi tapatumas – tai ne tik tai, ką vaikas gauna gimdamas (lytis, rasė, vardas), bet ir tai, ką jis vysto visą savo gyvenimą per įgyjamas patirtis ir formuojamus santykius.

Nereikėtų manyti, kad su tapatumo paieška susiduria tik įvaikinti ar globojami vaikai. Visi vaikai, o ypač paaugliai, išsikelia klausimą, kas jie yra ir kokį vaidmenį jie užima santykiuose ir pasaulyje. Tačiau globojamam arba įvaikintam vaikui klausimas „Kas aš esu?“ yra sudėtingesnis nei kitiems vaikams. Nėra lengva jausti, kad esi dalis savo biologinės šeimos ir dalis kitos – globėjų ar tėvių šeimos. Nesi tikras, kokia tavo asmenybės dalis yra nulemta genetikos ir kokia – aplinkos. Kai kurie vaikai labai aiškiai pasirenka, su kuria šeima – jūsų ar biologine – jie labiau identifikuojasi. Kiti gana ilgai ieško atsakymo į šį klausimą, išgyvena stiprų lojalumo konfliktą.

Tapatumo jausmo formavimuisi yra svarbu, kad **vaikas turėtų galimybę žinoti apie savo biologinę šeimą**. Jei vaikas nieko nežino apie šeimą, iš kurios jis yra kilęs, jis gali išgyventi tam tikrą tuštumą viduje, tarsi trūktų svarbios „Aš“ dalies. Tam tikros spragos vaiko gyvenimo istorijoje gali didinti jo sutrikimo ir nežinojimo jausmą apie tai, kas jis yra. Vaikas, nežinantis, kas buvo jo tėvai, kaip jie atrodė, kodėl negalėjo jo auginti, gali išgyventi didžiulį nusivylimą, liūdesį ir pyktį. Paaugliui svarbu žinoti net ir skausmingus savo gyvenimo istorijos faktus. Jie yra svarbūs paauglio tapatumo formavimuisi. Kaip jau ne kartą buvo teigta, vaikui taip pat be galo svarbu yra matyti, kad **jūs vertinate jo gyvenimo istoriją ir teigiamai atsiliepiate apie jo tėvus, nepriklausomai nuo jų poelgių**.

Svarbu vaiko tapatumui yra jo **vardas, lytis, tautybė**. Kartais tėviai nori pakeisti vaiko vardą. Pakeitus vardą, vaikas gali susidurti su tapatumo problemomis, nes vaiko tapatumas paprastai yra labai stipriai susijęs su jo vardu. Mažam vaikui (maždaug iki aštuonerių metų) gali pasirodyti, kad vardo keitimas reiškia jo nepriimtina tapatumą. Jei jums kyla noras pakeisti vaiko vardą ir pavadinti jį nauju vardu, pabandykite suprasti, kokius lūkesčius jūs puoselėjate su šiuo nauju vardu. Konkretus vaikas, ateinantis į jūsų šeimą, nebūtinai atitiks šias fantazijas ir lūkesčius. Tuomet gali tekti labai nusivilti.

Kultūrinis paveldas yra neatskiriama vaiko tapatumo dalis. Vaikui svarbu žinoti savo kultūrinės ištakas ir, esant norui, turėti galimybę jas praktikuoti. Vaikas taip pat turi jausti, jog **jūs pripažįstate ir vertinate jo gimtąją kultūrą, etninę priklausomybę**. Vaikas, priklausantis tautinei mažumai, gali išgyventi ypatingus sunkumus, kai susiduria su kultūriniais stereotipais ir visuomenės išankstiniu neigiamu nusistatymu jo etninės grupės atžvilgiu. Jūs turite būti ypač budrūs ir jautrūs, kai kalbate apie jo etninę grupę. Net ir nekaltas anekdotas apie vaiko atstovaujamą etninę grupę gali sukelti jam neigiamus išgyvenimus. Jei vaikas nuolat girdės jus neigiamai atsiliepiant apie kitas tautines mažumas, jis gali manyti, kad yra blogai būti „skirtingam“. Jei vaikas priklauso tautinei mažumai, padėkite jam geriau pažinti savo tautinį paveldą per knygas, TV laidas, internetą, supažindinkite jį su pozityviais tos pačios tautybės žmonėmis. Jei vaikas pageidauja, jis turi turėti galimybę išmokti savo gimtosios kalbos.

4.10. LYTINIS UGDYMAS

Kai globojamas arba įvaikintas vaikas klausia „Iš kur aš atsiradau?“, jis nebūtinai klausia apie savo biologinę šeimą. Jam, kaip ir bet kuriam kitam vaikui, gali natūraliai kilti klausimas, kaip atsiranda vaikai. Kalbėti su vaikais apie lytinius dalykus nėra lengva. Daugelis iš mūsų, suaugusiųjų, sutrinkame ir susigėstame užklupti vaiko klausimų apie tai, kaip atsiranda vaikai, kaip jie patenka į mamytės pilvuką ir kaip iš ten išeina. Tačiau visi žinome, jog atviras kalbėjimas su vaikais apie seksą ir lytiškumą yra labai svarbus. Mums svarbu padėti vaikams be gėdos ir nepatogumo suprasti ir pažinti savo kūną ir seksualumą. Įvaikintiems ir globojamiems vaikams atvirumas yra ypač svarbus. Šiems vaikams taip pat **svarbu žinoti, kad jie neatsirado kūdikių ar vaikų globos namuose, o gimė kaip ir bet kuris kitas vaikas**.

Dažnai kyla klausimas, kada pradėti vaikų lytinį ugdymą. Pradėti reikia tada, kai vaikas pradeda klausti. Dauguma 4–6 metų vaikų domisi savo kūno funkcijomis, mergaičių ir berniukų skirtumais, taip pat ir tuo, kaip atsiranda vaikai. Jei

septynerių metų vaikas neužduoda jokių su kūdikių gimimu susijusių klausimų, diskusiją galite inicijuoti ir jūs. Būtų gerai parinkti tam tinkamą momentą, pvz., skaitant knygą arba žiūrint kokį nors filmuką. Pirmiausia galima paklausti, ką pats vaikas mano apie tai, iš kur atsiranda vaikai. Beje, įvaikintiems arba globojamiems vaikams gali kilti įvairių klausimų, tačiau jie gali bijoti, nesiryžti juos užduoti. Galbūt jiems skaudu kalbėti apie savo biologinę šeimą, galbūt taip jie bijo pasirodyti nelojalūs jums. Jūs galite patys paieškoti galimybių pradėti tokius pokalbius.

Vaikų lytinio ugdymo tikslas – padėti vaikui pažinti savo kūną, išmokti jį gerbti, suformuoti sveiką požiūrį į lytinius santykius, padėti įgyti saugumo įgūdžių. Plačiausia prasme, lytinis ugdymas turi rengti vaiką atlikti lytinį vaidmenį, kad jis jaustų pasitenkinimą būdamas savo lyties atstovu – berniuku arba mergaite. Vaikų lytinis ugdymas – tai toli gražu ne vienas „rimtas pokalbis“ su vaiku. Tai procesas, prasidedantis ikimokykliniame amžiuje ir besitęsiantis iki pilnametystės. Pirmieji pokalbiai su vaiku gali trukti 2–5 minutes, mat tokio amžiaus vaikui dar nereikia visų anatominių subtilybių. Vaikui augant, vis ilgesni gali būti ir jūsų pokalbiai šia tema.

Šiuo metu dauguma tėvų (globėjų) jau žino, kad nereikėtų gėdyti vaikų arba bausti užtikus juos besimasturbuojančius arba apžiūrinėjančius vienas kito lytinius organus (taip dažnai žaidžia šešiamečiai septynmečiai). Tėvai turėtų vaikams nustatyti elgesio ribas (masturbuoti viešose vietose nėra priimtina) ir patenkinti vaiko lytinį smalsumą – atsakyti į jų klausimus. Kitais žodžiais tariant, tėvų perduodama žinutė vaikams galėtų skambėti maždaug taip: yra normalu domėtis lytiniais dalykais, pvz., kuo skiriasi berniukai ir mergaitės, ir šiuos klausimus jie gali užduoti tėvams, kurie padės į juos atsakyti.

3–6 metai. Tokio amžiaus vaikas pirmiausia užduoda klausimą: „Kaip atsiranda vaikai?“ Šiais laikais jau nemanoma, kad vaikams reikėtų pasakoti apie vaikus, atsirandančius kopūstuose arba atnešamus gandrų. Pirmiausia išsiaiškinkite, ką šiuo klausimu galvoja pats vaikas. Galite paklausti: „O kaip, tavo manymu, atsiranda kūdikis?“ Jei vaikas sako, kad nežino, galite jam pasakyti: „Tu pamėgink atspėti, o aš tau padėsiu“. Taip suprasite vaiko mintis ir fantazijas, vaiko sukurtas teorijas apie dauginimąsi.

Ikimokyklinio amžiaus vaikui pakanka trumpo, paprasto atsakymo: „Kūdikiai užauga mamytėse, specialioje vietoje, kuri yra vadinama gimda. Ten jie auga, kol pasiruošia gimti“. Vaikams, ypač įvaikintiems, labai svarbu žinoti, kad juos sukūrė moteris ir vyras. Kitais žodžiais tariant, jie atsirado lygiai taip pat, kaip ir bet kuris kitas vaikas.

Nebijokite, kad mažas vaikas supras ne viską arba supras netiksliai. Jis supras tiek, kiek pajėgus suprasti. Nesuteikite vaikui daugiau informacijos, nei jis prašo. Jei jis norės žinoti daugiau, jis paklaus. Pvz., nesakykite vaikui, kad kūdikis iš mamos pilvuko išlenda per specialų plyšį, kol vaikas jūsų to neklausia.

Faktai turi būti pateikiami po truputį ir susiejami su vaiko klausimais. Vaiko klausimai rodo, kad jis yra pasiruošęs naujai informacijai. Jei mes iš karto pateiksime visus faktus ir labai sudėtingai perteiksime lytinę informaciją, vaiko mintyse kils sąmyšis ir jam bus sunku susitvarkyti su visa informacijos doze ir sunderinti ją su savo ankstesnėmis teorijomis.

Nuo 7 iki 12 metų. Šio amžiaus vaikai domisi, ką reiškia turėti lytinius santykius. Daugelis iš jų jau būna girdėję įvairių dalykų apie seksą iš bendraamžių arba prisiskaitę internete. Kai susidursite su vaiko klausimais apie seksą, pasistenkite reaguoti ramiai. Vaikui labai svarbu žinoti, kad yra normalu kalbėtis apie seksą ir jūs esate pasiruošę atsakyti į jų dominančius klausimus.

Šio amžiaus įvaikinti vaikai neretai pasako, kad jie gimė kitu būdu nei kiti vaikai. Jums labai svarbu užtikrinti juos, kad jų gimdymas buvo lygiai toks pat, kaip ir kitų vaikų, ir kad tai nebuvo priežastis, dėl kurios jie buvo įvaikinti. Jei jūs žinote vaiko gimimo detales (pvz., kad vaikas gimė tam tikroje ligoninėje), papasakokite vaikui. Jeigu nežinote, papasakokite apie tikėtinas aplinkybes („Tu tikriausiai gimei ligoninėje...“).

Tokio amžiaus vaikams jau galima daugiau papasakoti apie pastojimą: „Tavo tėčio sperma ir mamos kiaušinėlis susijungė mamos gimdoje ir taip susiformavo embrionas, iš kurio išaugai tu“. Taip vaikui jo biologiniai tėvai taps labiau apčiuopiami.

Nuo 13 metų. Tikėtina, kad tokio amžiaus vaikui rūpės klausimas, ar jo biologiniai tėvai mylėjo vienas kitą. Jūs taip pat turite aptarti sekso paauglystėje temą. Patys paaugliai paprastai neinicijuoja pokalbių šia tema, tad iniciatyva turėtų priklausyti jums. Papasakokite apie ankstyvųjų lytinių santykių pasekmes, kontracepciją ir kt. Pasidalinkite jūsų šeimos požiūriu ir vertybėmis lytinių santykių atžvilgiu.

Prisiminkime, kad lytinis ugdymas – tai pagalba vaikui suprasti, kaip kurti santykius ir patirti intymumą. Ji turėtų apsaugoti vaiką nuo ankstyvųjų lytinių santykių ir prievartos. Gimimas – tai ne vien lytinis aktas. Jų gimimas – tai taip pat be galo vertinga istorija.

4.11. GYVENIMO KNYGOS RENGIMAS

Daugumai žmonių patinka žiūrėti vaikystės ir šeimos gyvenimo nuotraukų albumą. Vartydamos nuotraukų albumą šeimos dalijasi istorijomis. Šis procesas stiprina gyvenimo tęstinumo ir susietumo su savo šeima jausmą. Be tokių istorijų ar nuotraukų žmogus gali jaustis vienišas ir paliktas. Tėvų globos netekusiems vaikams yra labai svarbu susieti savo praeitį, dabartį ir ateitį ir tam gali labai praversti Gyvenimo knyga.

Gyvenimo knyga yra tarsi išplėstinė vaiko nuotraukų albumo ir istorijos versija. Tai yra vaiko gyvenimo istorijos perteikimas per paveikslėlius, nuotraukas, prisiminimų užrašus, svarbių dokumentų kopijas. Gyvenimo knyga yra parašyta chronologine tvarka ir reprezentuoja svarbiausius vaiko istorijoje žmones ir įvykius: biologinės šeimos narius, globėjus, mylimus suaugusiuosius, taip pat įsimintiniausius gyvenimo įvykius (pvz., kelionės, mokyklos lankymo pradžia ir kt.).

Vaiko gyvenimo knyga – tai unikali jo gyvenimo istorija. Vaikas gali atsiremti į ją norėdamas geriau suprasti save, savo praeities ir dabarties sąsajas. Tai yra tęstiniai užrašai, kurie apjungia įvairius vaiko gyvenimo pasikeitimus, svarbius žmones ir įvykius. Gyvenimo knygos yra labai svarbios tiems vaikams, kurie yra paimami globoti ar yra įvaikinami vyresnio amžiaus.

Jūs galite suteikti neįkainojamą dovaną vaikui padėdami jam sukurti jo Gyvenimo knygą. Kai kurie vaikai į naują šeimą jau ateina su Gyvenimo knyga. Tuomet jūs galite toliau su vaiku ją tęsti. Į Gyvenimo knygų rengimą įtraukite ir patį vaiką.

Kiekviena Gyvenimo knyga yra unikali, tačiau yra ir tam tikri dalykai, kuriuos galima aptikti daugelyje Gyvenimo knygų:

- *Informacija apie vaiko gimimą.* Galite įklijuoti ir vaiko gimimo liudijimo kopiją.
- *Vaiko „šeimos medis“:* vaiko tėvų vardai, kontaktai (jei įmanoma), kita turima informacija apie juos (pvz., išvaizdos apibūdinimas, darbo pobūdis, asmenybės ypatumai, talentai), informacija apie vaiko brolius ir seseris, senelius, tetas ir dėdes, kitus giminaičius.
- *Vaiko gyvenamosios vietos istorija:* kaip keitėsi vaiko gyvenamoji vieta, pvz., kokiuose globos namuose gyveno vaikas prieš patekdamas į jūsų šeimą.
- *Vaiko ugdymo istorija:* kokiose mokyklose vaikas mokėsi.
- *Vaiko nuotraukos iš įvairių raidos etapų.* Vaiko šeimos, draugų, kitų jam svarbių žmonių nuotraukos.
- *Tėvų arba giminių laišakai, atsiminimai.*
- *Vaiko piešiniai arba ypatingi mokykliniai darbai* (pvz., rašinėlis apie sva-jones arba šeimą).
- *Diplomai, kuriuos gavo vaikas* dalyvaudamas įvairiuose konkursuose, varžybose ir kt.

Šiai vaiko gyvenimo istorijos medžiagai pristatyti galima panaudoti nuotraukų albumą, sąsiuvinį, aplanką arba net kokią nors ypatingą dėžę, kurią gali gražiai dekoruoti ir pats vaikas. Maži vaikai labai džiaugiasi žiūrėdami į Gyvenimo knygos nuotraukas ar paveikslėlius, klausydamiesi globėjų ar tėvių. Kai vaikai paauga, jiems gali kilti daugiau klausimų apie savo praeitį ir gyvenimo aplinkybes. Atsakymų į tokius vaiko klausimus galite ieškoti vartydami vaiko Gyvenimo knygą. Šios knygos peržiūra ir skaitymas gali būti puiki galimybė jūsų šeimai būti kartu, pajauti artumą vienas su kitu, pasidalinti jausmais apie globą arba įvaikinimą.

- **Vaikų charakteristikos įvairiais raidos tarpsniais yra skirtingos.** Dėl to globėjų/įtėvių elgesys turėtų priklausyti nuo vaiko amžiaus – jie turėtų atitinkamai bendrauti ir pritaikyti saugią ir supratingą aplinką.
- Kiekvienas vaikas turi **teises ir teisėtus interesus**. Vaiko teisių konvencijos principai:
 - Vaikai neturi patirti diskriminacijos.
 - Vaikai turi teisę fiziškai, emociškai, psichologiškai, socialiai, kognityviai ir kultūriškai gyventi ir vystytis.
 - Vaiko interesai yra svarbiausi imantis bet kokių su vaiku susijusių veiksmų ar sprendimų.
 - Vaikai turi teisę būti aktyviais dalyviais sprendžiant visus su jų gyvenimu susijusius klausimus bei laisvai reikšti savo nuomonę. Jie taip pat turi teisę būti išklaustyti.
- Globėjams/įtėviams svarbu įsitraukti į **vaiko mokyklos veiklą**. Parodykite vaikui, kad jūs nuoširdžiai domitės, kaip jam sekasi mokykloje, būtinai bendradarbiaukite su mokytojais. Padėkite vaikui sukurti jo „**viršelio istoriją**“ – sutrumpintą, pernelyg daug neatskleidžiantį paaiškinimą, kodėl vaikas negyvena savo biologinėje šeimoje.
- Vaikams svarbu dalyvauti **įvairioje laisvalaikio, mokyklos, bendruomenės, bažnyčios ir kitose veiklose**. Globėjų/įtėvių užduotis vaikams – **sukurti saugią aplinką** tiek namuose, tiek kitoje aplinkoje.
- **Kišenpinigių mokėjimas** vaikui padeda išmokti tvarkytis su finansais, ugdyti savarankiškumą ir planavimo įgūdžius. Svarbu, kad bent dalį duodamų pinigų vaikas galėtų išleisti taip, kaip jis nori. Duodami vaikui kišenpinigių atsižvelkite į jo **amžių** ir gebėjimus prisiimti **atsakomybę**.

- **Savivertė – tai jausmas apie save.** Tai yra jausmas, kiek esu kompetentingas ir vertingas. Jūs galite paskatinti teigiamą vaiko savivertę besąlygiškai jį gerbdami ir mylėdami, dažnai jį girdami, leisdami jam pačiam priimti kai kuriuos sprendimus, vengdami griežtos ir perdėtos kritikos, įtraukdami į veiklas, kurios suteiktų jam tikrą iššūkį, skirdami vaikui individualų dėmesį.
- **Tapatumas** – tai vaiko atsakymas į klausimą „Kas aš esu?“ Tapatumo jausmo formavimui yra svarbu, kad vaikas turėtų galimybę žinoti apie savo biologinę šeimą. Vaikas taip pat turi jausti, jog jūs pripažįstate ir vertinate jo šeimą, gimtąją kultūrą, etninę priklausomybę.
- **Vaikų lytinio ugdymo tikslas** – padėti vaikui pažinti savo kūną, išmokti jį gerbti, suformuoti sveiką požiūrį į lytinius santykius, padėti įgyti saugumo įgūdžių. Tai procesas, prasidedantis ikimokykliniame amžiuje ir besitęsiantis iki pilnametystės. Įvaikintiems ir globojamiems vaikams **svarbu žinoti, kad jie neatsirado kūdikių ar vaikų globos namuose, o gimė kaip ir bet kuris kitas vaikas**.
- **Gyvenimo knyga** – tai vaiko gyvenimo istorijos perteikimas per paveikslėlius, nuotraukas, prisiminimų užrašus, svarbių dokumentų kopijas. Tai tarsi albumas, parašytas chronologine tvarka ir reprezentuojantis svarbiausius vaiko istorijoje žmones ir įvykius. Rengdami vaiko Gyvenimo knygą galite pasinaudoti šia medžiaga: vaiko, jo šeimos, kitų jam reikšmingų žmonių nuotraukomis, informacija apie vaiko gimimą ir jo biologinę šeimą, gyvenamųjų vietų keitimą, mokyklas, tėvų laiškais, vaiko diplomais, piešiniais ir rašinėliais, kt.



5. BENDRAVIMAS SU VAIKAIS IR PAAUGLIAIS

5.1. POZITYVIOS TĖVYSTĖS PRINCIPAI

Pozityvi tėvystė – tai vaikų auginimo filosofija, kuri koncentruojasi į vaiko galimybių, stiprybių ir gebėjimų ugdymą, kad užaugęs jis sugebėtų save realizuoti.

Pagrindinis pozityviosios tėvystės principas – auginti vaiką padrašinant, bet nebaudžiant. Ši teorija moko tėvus (globėjus), kaip pakeisti netinkamą vaiko elgesį be psichologinio ir fizinio smurto.

Pagrindinės pozityvios tėvystės idėjos:

- **Vaikas nusipelno tokios pat pagarbos kaip ir suaugusieji.**
- **Artimiausi žmonės vaikui yra tėvai (globėjai), kurie turėtų suteikti jam saugumą,** todėl jie negali būti ir saugumo, ir agresijos šaltinis. Tėvai neturėtų mušti savo vaikų – mušami vaikai netenka saugaus pagrindo.
- **Neįmanoma priversti vaiką elgtis geriau privertus jį jaustis blogiau,** t. y. baudžiant. Vaikas elgsis geriau tik tada, kai geriau jausis. Todėl pozityvi tėvystė vietoj bausmių siūlo naudoti padrašinimus.
- **Vaikai yra tokie, kokie yra jų tėvai (globėjai).** Mes esame veidrodžiai, o vaikai yra mūsų atspindys. Vaikai stebėdami kopijuoja savo tėvų elgesį, bendravimo manieras, įsitikinimus ir vertybes. Kaip tėvai elgsis su savo vaikais, taip šie elgsis ir su jais. Jie užaugs ne tokie, kokius mes norime juos užauginti, bet tokie, kokie esame mes patys.
- **Siekdami, kad vaikas augtų laimingas ir tinkamai elgtųsi, tėvai (globėjai) patys turi siekti būti laimingi ir mylintys,** o ne pikti ir nelaimingi. Taigi pozityvi tėvystė visų pirma apima asmeninius tėvų pokyčius ir tobulėjimą. Jeigu norime pakeisti vaiko elgesį, visų pirma turime nuspręsti, kaip keisis patys.
- **Tėvai (globėjai) neturi aukoti visų savo asmeninių poreikių dėl vaikų, kadangi vėliau gali norėti šią skolą atsiimti.** Nepamirškime, jog vaikus auginame ne sau, o tam, kad jie išėję iš tėvų namų sukurtų savo šeimas.

5.2. POZITYVAUS ELGESIO SKATINIMAS

Visi vaikus auginantys tėvai susiduria su dviem pagrindiniais klausimais:

- *Kaip aš galėčiau sustiprinti pozityvų/pageidaujamą vaiko elgesį?*
- *Kaip aš galėčiau pakeisti neigiamą/nepageidaujamą vaiko elgesį?*

Viena iš dažniausių klaidų yra galvoti tik apie tai, kaip galima pakeisti netinkamą elgesį. Svarbiausia yra paskatinti teigiamą elgesį. **Kaip paskatinti teigiamus vaikų elgesio pokyčius?**

Dažniau atkreipti dėmesį į tinkamą vaiko elgesį nei į neigiamą. Stenkitės ignoruoti nereikšmingus vaiko pašlydikavimus. Visiškai negalima ignoruoti tik to vaiko elgesio, kuris yra kenksmingas jam pačiam ar aplinkiniams. Labai konkrečiai įvardykite, už kokią elgesį jūs vaiką giriate.

Auklėjant vaiką naudoti pabrąšinimus. Žymus Amerikos vaikų psichiatras R. Dreikurs (1964) teigia, kad pabrąšinimai yra veiksmingiausia priemonė siekiant teigiamų vaiko elgesio pokyčių. Pabrąšinimai turi būti sakomi nuoširdžiai ir užtikrintai, kad vaikas pajustų, kaip tvirtai tikite jo sugebėjimais. Tai gali būti paprasti trumpi teiginiai, pvz.: „Tu gali! Tau pavyks! Nebijok, pabandyk! Aš tavim tikiu, tu esi labai protingas!“ Vaikas jaučiasi drąsinamas tada, kai mano, kad tėvai supranta jo požiūrį. Kai vaikas jaučiasi suprastas, jis labiau linkęs klausyti savo tėvų ir bendradarbiauti.

Atvirai kalbėkite su vaiku apie savo jausmus ir naudokite „Aš“ kalbą. Daug geresnių rezultatų galima pasiekti atvirai ir draugiškai pasikalbėjus su vaiku apie jo erzinantį įprotį nei naudojant bausmes. Pvz., jeigu tėvą erzina, kai vaikas tranko duris, jis gali pasakyti: „Sūnau, mane labai erzina, kai girdžiu taip stipriai trankomas duris. Gal galėtum dėl manęs pasistengti jas uždarinėti tyliau? Aš būčiau tau labai dėkingas“. Jeigu vaiko ir tėvo santykiai yra geri, vaikas nuoširdžiai stengsis įvykdyti tėvo prašymą. Svarbu, kad siekdami pakeisti neigiamus vaikų įpročius tėvai vengtų kritikuoti, kaltinti, gėdinti, šmeižti ir pan. Bet kokie nepagarbūs tėvų žodžiai vaiko atžvilgiu sumažins norą bendradarbiauti.

Pasitelkite paskatinimų sistemą. Jeigu blogas vaiko įprotis yra giliai įsišaknijęs ir reikia išorinės pagalbos, kad jo atsikratytų, tėvai gali naudoti paskatinimus. Pvz.: „Kiekvieną kartą, kai tau pavyks tyliai uždaryti duris, mes tau skirsime po vieną tašką, o kai surinksi dešimt taškų, nusivešime į kiną“. Po kelių apsilankymų kine berniukas pripras tyliai uždarinėti duris ir blogas įprotis bus pamirštas. Kai naujas elgesys tampa įpročiu, išorinio paskatinimo nebereikia.

Pozityvūs paskatinimai gali būti:

- **Socialiniai:** pagyrimas, nusišypsojimas, paglostymas, prisilietimas, apkabimas, laiko kartu praleidimas.
- **Suvartojami:** užkandžiai, saldumynai, sultys, pietūs kartu ir kt.
- **Veiklos:** TV žiūrėjimas, naudojimas kompiuteriu, kinas, hobis, kt.
- **Žaislai:** konstruktoriai, žaidimai, piešimo priemonės, kt.
- **Mainomi:** lipdukai, žvaigždutės, taškai, pinigai ir kt.

Tai, kas gali pozityviai paskatinti vieno vaiko elgesį, gali nesuveikti kito vaiko atveju. Todėl galvodami, kaip paskatinti elgesį, atsižvelkite į konkretaus vaiko amžių, interesus, domėjimosi sritis. **Štai klausimai, kurie padės jums suprasti, koks paskatinimas tinka konkretaus vaiko atveju:**

- 1) Su kokiais žmonėmis vaikas mėgsta kartu leisti laiką?
- 2) Kokias kasdienes veiklas vaikas mėgsta?
- 3) Kokias ypatingas veiklas vaikas mėgsta (pvz., kiną, baseiną, kt.)?
- 4) Koks yra vaiko mėgstamas maistas ir gėrimai?
- 5) Kokias specifines žodinio ir fizinio dėmesio formas vaikas mėgsta (pvz., pagyrimus, komplimentus, patapšnojimą per petį)?
- 6) Kiti apdovanojimai – dar kas nors, ką vaikas mėgsta, kam skiria arba norėtų skirti daugiau laiko.

Kartais yra naudinga ignoruoti netinkamą vaiko elgesį. Tam tikrais atvejais vaikai netinkamai elgdamiesi siekia jūsų dėmesio. Bet koks dėmesys, net ir neigiamas, jiems yra geriau nei jokio dėmesio! Tokiais atvejais geriausia ignoruoti

netinkamą vaiko elgesį. Pvz., per vaiko pykčio priepuolį įsitikinkite, kad jis yra saugus, ir tada nukreipkite savo dėmesį kitur. Skirkite vaikui dėmesio tik tuomet, kai praeis pykčio priepuolis. Ignoravimas yra efektyvus reaguojant į vaiko skundimąsi, maldavimą, verkšlenimą.

Už netinkamą elgesį skirkite vaikui neigiamas pasekmes. Svarbu, kad jos sektų iš karto po netinkamo poelgio. Komentuokite tik vaiko elgesį, o ne jį patį, trumpai įvardykite pasekmių skyrimo priežastį („Mušimas nėra leidžiamas“). Neigiamos pasekmės gali būti:

- Laiko prie TV ar kompiuterio apribojimas.
- Pertraukėlė trumpam laiko tarpui (1 min. kiekvieniems vaiko metams, pvz., jei vaikui yra treji metai, jo pertraukėlės trukmė turėtų būti 3 min.). Vaikas yra izoliuojamas nuo kitų žmonių atskiroje patalpoje arba toje pačioje patalpoje nuošaliau, pvz., ant kėdutės arba kampe. Pertraukėlė gali būti taikoma 2–12 metų vaikams ir jos tikslas yra padėti vaikui nurimti.
- Kai kurių privilegijų (pvz., TV, kompiuterio) pašalinimas.
- Ėjimas miegoti anksčiau nei įprastai.

Norėdami paskatinti tam tikrą vaiko elgesį, galite sudaryti su juo elgesio planą. Pirmiausia apibrėžkite, kokį elgesį norite paskatinti. Tai gali būti žaislų tvarkymas, lovos klojimas, šuns šėrimas ir kt. Galite sudaryti ir elgesio lentelę.

	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Elgesys							
Lovos klojimas							
Šuns šėrimas							
Žaislų tvarkymas							
Kt.							

Tada nuspręskite, koks bus apdovanojimas (pvz., 30 taškų – išvyka į vandens parką). Galite pradžioje sudaryti vaikui pageidaujimų apdovanojimų sąrašą ir kiekvieną iš jų įvertinti taškais. Beje, maži vaikai efektyviau reaguoja, kai apdovanojimai yra matomi ir dažni, suteikiami iš karto (pvz., lipdukai). Vyresni vaikai jau gali rinkti taškus arba žvaigždutes ir gauti didesnę apdovanojimą vėliau.

5.3. NETINKAMO VAIKO ELGESIO PRIEŽASTYS IR TIKSLAI

R. Dreikurs buvo įsitikinęs, kad „negerai besielgiantis vaikas yra vaikas, iš kurio atimta drąsa“. Jis atskleidė keturis klaidingus vaikų, kuriems atimta drąsa, elgesio tikslus. Šie tikslai vadinami klaidingais, kadangi remiasi klaidingomis prielaidomis, kaip priklausyti ir būti reikšmingam.

Keturi klaidingi vaikų įsitikinimai ir elgesio tikslai:

- 1. Perdėtas dėmesio troškimas.** Klaidingas įsitikinimas – aš jaučiuosi priklausomas tik tada, kai sulaukiu tavo dėmesio.
- 2. Kova dėl valdžios.** Klaidingas įsitikinimas – aš jaučiuosi priklausomas tik tada, kai esu padėties šeimininkas arba bent jau neleidžiu man vadovauti.
- 3. Kerštas.** Klaidingas įsitikinimas – aš nesijaučiu priklausomas, bet bent jau galiu tau atkeršyti.
- 4. Apsimestinis nepilnavertiškumas.** Klaidingas įsitikinimas – aš negaliu priklausyti, todėl pasiduodu.

Pirminis ir pats svarbiausias visų žmonių tikslas – priklausyti ir jaustis, kad esi reikšmingas. Vaikai (ir daugelis suaugusiųjų) pasirenka vieną ar kelis klaidingus elgesio tikslus tikėdami, kad:

- perdėtas dėmesys ar nuolatinė kova dėl valdžios padės pasijausti reikalingiems ir svarbiems;

- kerštas suteiks pasitenkinimą ir padės kompensuoti nesvarbumo ir nereikalingumo jausmą;
- pasidavimas yra jų vienintelis galimas pasirinkimas, kadangi jie iš tiesų jaučiasi nepilnaverčiai.

Vaikai nesuvokia savo klaidingų elgesio tikslų. Jeigu paklausite savo vaiko, kodėl jis taip pasielgė, dažniausias atsakymas bus: „Aš nežinau“. Ir tai yra tiesa. Vaikai tikrai sąmoningai nesuvokia savo elgesio priežasčių.

Pasak A. Adler (2003), netinkamas elgesys remiasi klaidinga vaiko interpretacija, kaip priklausyti, jaustis sugebančiu ir svarbiu kitiems. Kai vaikas atkreipia tėvų dėmesį, tai jau yra jo buvimo patvirtinimas, net jeigu jis sulaukia neigiamų tėvų emocijų. Jeigu vaikas nesulaukia tėvų dėmesio, jis pradeda su jais kovoti. Jeigu nė viena pusė nenusileidžia, imama keršyti. Jeigu tai nepadeda, tėvai priskiria savo vaiką prie nevykėlių ir vaikas pasiduoda manydamas, kad yra bejėgis ir nepilnavertis, todėl pradeda ir atitinkamai elgtis.

Žinodami šiuos keturis klaidingus vaikų tikslus, skatinančius blogą elgesį, tėvai gali geriau suprasti savo vaikus.

Keli būdai, padedantys atpažinti vaikų netinkamo elgesio tikslą:

1. Pagal suaugusiojo emocinę reakciją į vaiko elgesį:

- jei jaučiame susierzinimą arba kaltę – vaikas siekia dėmesio;
- jei pykstame, jaučiamės provokuojami ar pralaimėję – vaikas kovoja dėl valdžios;
- jei elgesys skaudina, jaučiame nusivylimą ar pasibjaurėjimą – vaikas siekia keršto;
- jei jaučiamės bejėgiai ir esame praradę viltį – vaikas pasidavė.

2. Pagal vaiko reakciją į tėvų elgesį:

- jei vaikas reaguoja į pastabą ir nustoja blogai elgtis, bet po kurio vėl laiko elgiasi taip pat – siekia dėmesio;

- jei vaikas nenustoja blogai elgtis ar pradeda elgtis dar blogiau – kovoja dėl valdžios;
- jei vaikas pyksta ir jaučiasi neteisingai nubaustas, nori atsilyginti tuo pačiu, įskaudinti veiksmais arba žodžiais, pvz., sakydamas „aš tavęs nekenčiu“ – kerštauja;
- jei niekaip nereaguoja tikėdamasis, kad jūs greitai pasitrauksite ir paliksite jį ramybėje – pasiduoda.

3. Pagal vaiko atsakymus į klausimus, skirtus išsiaiškinti klaidingo elgesio priežastį:

- Ar gali būti, kad tu neruoši namų darbų, nes nori atkreipti mano dėmesį?
- Ar gali būti, kad tu neruoši namų darbų, nes nori man parodyti, kad gali daryti ką nori?
- Ar gali būti, kad tu neruoši namų darbų, nes jautiesi įskaudintas ir nori atsilyginti tuo pačiu?
- Ar gali būti, kad tu neruoši namų darbų, nes manai, kad tau nepavyks, ir bijai net pabandyti?

Kuris spėjimas yra teisingas, suprasite iš vaiko reakcijos. Jis nevalingai nusišypsos sakydamas „ne“ arba pasakys paprasčiausią „taip“. Jeigu sulaukėte vaiko prisipažinimo, toliau klausinėti nebereikia. Šis klausinėjimas įmanomas tik tada, kai jūs esate objektyvūs ir draugiškai nusiteikę. Šį metodą naudokite tik būdami dviese su vaiku.

Kaip reaguoti į netinkamą vaiko elgesį?

Pabandykite išsiaiškinti, koks nepatenkintas poreikis slypi po konkrečiu vaiko elgesiu. Pvz., jeigu vaikas staiga pasidaro labai piktas, paklauskite, galbūt jis yra tiesiog alkanas.

Pateikite vaikui jums priimtino elgesio alternatyvas. Pvz., jeigu vaikas mėgsta piešti ant sienų, galbūt galite jam skirti vieną jo kambario sieną, ant kurios jis galės piešti.

Pasikalbėkite su vaiku apie jo jausmus ir išgyvenimus. Pvz., jeigu vaikas supykęs sulaužo žaislą, užuot nubaudus, verta pasikalbėti, kaip jis jaučiasi ir kas jį supykė.

Jeigu galite, pakeiskite aplinką. Pvz., jeigu vaikas pradeda šliaužioti, atidarinėti spinteles ir kraustyti jūsų daiktus, pasirūpinkite, kad durelės būtų sandariai uždarytos arba išimkite iš spintelių dūžtančius daiktus.

Leiskite vaikui pasirinkti iš kelių ribotų alternatyvų. Pvz., jeigu jus erzina, kad vaikas nevalgo jūsų pagamintų pusryčių, leiskite jam pasirinkti iš dviejų galimybių.

Leiskite vaikui patirti natūralias arba logines jo elgesio pasekmes. Pvz., jeigu jus erzina, kad jūs turite nuolatos priminti savo vaikui pasiimti sumuštinį į mokyklą, leiskite jam patirti natūralias savo elgesio pasekmes. Vieną kartą pamiršęs maistą ir išalkęs, vaikas pats išmoks geriau savimi pasirūpinti. Jeigu jus erzina nesutvarkyti žaislai, leiskite vaikui patirti logines tokio elgesio pasekmes: pasakykite, kad visi ant žemės likę žaislai bus išmesti, ir taip padarykite.

Papasakokite vaikui apie savo jausmus. Pvz., jeigu vaikas jus kandžioja, pasakykite jam, kad toks jo elgesys jus liūdina ir sukelia skausmą.

Atsakykite vaikui švelnumu. Pvz., jeigu vaikas yra labai piktas ir susierzinęs, apkabinkite jį ir pasakykite, kaip stipriai jį mylite, nes šią akimirką vaikui to reikia labiausiai. Kai vaikas yra piktas, viduje jis jaučiasi labai blogai, todėl tuo metu jam labiausiai reikia tėvų meilės, palaikymo ir supratimo.

Pabūkite vieni, atsikvėpkite. Pvz., jeigu pastebite, kad jus pradėjo erzinti net ir normalus vaiko elgesys, leiskite sau pailsėti nuo mamos ar tėvo vaidmens. Pasirūpinkite savo psichologine savijauta, kadangi vaiko psichologinė būseną tiesiogiai priklauso nuo tėvų emocinės būsenos.

5.4. POZITYVIOS DISCIPLINOS TAIKYMAS

Bausmė ir disciplina yra skirtingi dalykai. **Bausmės** tikslas yra tam tikrais veiksmais kontroliuoti vaiką, daryti jam spaudimą arba jį sugėdinti. Taikant bausmę

kontrolė yra išorinė, ne vidinė. Bausmė gana skausmingu būdu siunčia vaikui žinutę, kad vyresniam ir stipresniam žmogui nepatinka tai, ką jis daro. Tuo tarpu **disciplinos** tikslas yra išmokyti vaiką savikontrolės ir atsakomybės už savo veiksmus.

Pozityvios disciplinos įgūdžiai gali padėti:

- Apsaugoti ir rūpintis vaiko fizine ir psichologine gerove.
- Paskatinti vaiko raidą.
- Patenkinti vaiko poreikius.
- Mokyti vaiką spręsti problemas.
- Užmegzti ir palaikyti santykius tarp vaikų ir tėvų (globėjų).
- Paskatinti pageidaujamą vaiko elgesį.

Pozityvioji disciplina pasižymi demokratišku auklėjimu, paremtu tėvų autoritetu. Tėvai (globėjai) įtraukia savo vaiką į sprendimų priėmimą ir šeimos bendravimo taisyklių kūrimą. Vaikui leidžiama rinktis iš kelių ribotų galimybių. Tėvai (globėjai) labai aiškiai apibrėžia vaiko elgesio ribas, kurios užtikrina abipusę pagarbą. Tėvai (globėjai) gerbia savo vaikus ir elgiasi geranoriškai, bet ryžtingai.

Bendraudami su savo vaikais tėvai (globėjai) vienu metu nori būti geranoriški ir ryžtingi. Geranoriškumas būtinas norint išreikšti pagarbą vaikui, o ryžtingumas – kad galėtume gerbti save ir elgtis prisitaikydami prie situacijos.

Dažniausiai tėvams sunku būti geranoriškiems ir ryžtingiems vienu metu, kadangi jie tiesiog nežino, kaip toks elgesys atrodo. Neretai klaidingai manoma, kad būti **geranorišku** tėvu reiškia įtikti savo vaikui arba apsaugoti jį nuo visų pavojų ir nusivylimų. Tačiau tai nėra geranoriškas elgesys, tai yra nuolaidžiaujantis arba per daug kontroliuojantis elgesys. Elgtis geranoriškai reiškia elgtis pagarbiai su vaiku ir su pačiu savimi. Nei perdėtas rūpinimasis savo vaiku, nei paikinimas nėra pagarba jūsų vaikui, kadangi jūs neleidžiate jam tapti savarankiškam ir pasimokyti iš savo klaidų. Šiuo atveju pagarbą elgesys vaiko atžvilgiu yra tikėjimas vaiko sugebėjimais pačiam susidoroti su problema ir padrąšinimas elgtis savarankiškai.

Ką reiškia elgtis pagarbiai su savimi? Kai leidžiate, kad vaikas su jumis elgtųsi nepagarbiai ir skaudintų, jūs tikrai nesielsiate labai geranoriškai savo atžvilgiu.

Tačiau tai nereiškia, kad su tokia situacija galite susidoroti tik nubaudę savo vaiką. Bausmės yra nepagarba vaiko ir jūsų pačių atžvilgiu. Tai kaipgi susitvarkyti su vaiku, kuris atsikalbinėja ir neklauso? Pozityviosios disciplinos teorija, susidarius tokiai situacijai, siūlo tėvams (globėjams) išeiti iš kambario ir palikti vaiką vieną. Jūs negalite šioje situacijoje vaiko priversti elgtis su jumis pagarbiai, bet jūs turite patys su savimi elgtis pagarbiai. Išėjimas iš kambario – pagarbūs elgesys savo paties atžvilgiu ir gera pamoka jūsų vaikui. Kai vaikas ir jūs pats nusiraminsite, tada galėsite kartu aptarti savo barnį. Jūs galite sakyti: „Mažuti, man labai gaila, kad tau buvo taip pikta. Aš gerbiu tavo jausmus, bet man nemalonius tavo elgesys. Kiekvieną kartą, kai tu elgsiesi su manimi nepagarbiai, aš išeisiu kambario ir leisiu tau nusiraminti. Aš tave myliu ir noriu būti kartu su tavimi. Kai tu būsi pasirengęs elgtis su manimi pagarbiai, pasakyk, ir aš su džiaugsmu padėsiu tau sugalvoti, kokiais būdais tu gali įveikti savo pyktį. Tada mes galėsime paieškoti sprendimo, kuris tiktų mums abiem“. Geriausia iš anksto, kol abu esate ramūs, pranešti savo vaikui, kaip elgsitės, kai jam užeis pykčio priepuolis.

Daugelis tėvų (globėjų) klaidingai mano, kad reikia išspręsti problemą konflikto metu, tačiau tai pats netinkamiausias laikas. Veikiami neigiamų emocijų žmonės nesugeba racionaliai mąstyti ir dažnai įpykę pasako tai, dėl ko vėliau tenka gailėtis. Vienintelis protingas būdas yra nusiraminti ir tik tada, kai vėl galėsite racionaliai mąstyti, pradėti spręsti problemą. To labai svarbu išmokyti ir savo vaikus. Stengdamiesi išspręsti problemą tėvai (globėjai) visų pirma turėtų nuspręsti, ką jie patys darys kitaip, užuot vertę savo vaiką daryti kažką kitaip. Tam, kad vaikas pakeistų savo elgesį, jis turi jaustis gerbiamas ir norėti bendradarbiauti. Taigi prisiminkime, kad geranoriškas elgesys yra pagarbus elgesys!

Dabar pakalbėkime apie **ryžtingumą**. Dažnai šis žodis asocijuojasi su bausmėmis ar kontrole, tačiau ryžtingumas kartu su geranoriškumu leidžia elgtis pagarbiai su vaikais ir pačiais savimi. Beveik visi tėvai (globėjai) nori savo vaikams nustatyti elgesio ribas. Labai dažnai jie patys nustato leistinas elgesio ribas savo vaikams ir tada verčia jų laikytis. Tačiau paklauskime savęs, kam yra nustatomos ribos? Tėvai (globėjai) nori, kad jų vaikai būtų saugūs ir jų elgesys būtų socialiai priimtinas. Kai tėvai (globėjai) bausmėmis priverčia savo vaikus laikytis nustatytų

ribų, jie gali sukelti vaikų pasipriešinimą ar kovą dėl valdžios, o tai tikrai neužtikrina vaikų saugumo ar socialaus elgesio. Todėl rekomenduojama įtraukti vaikus nustatant leistinas jų elgesio ribas. Pvz., galima kartu su savo vaiku aptarti pamokų ruošimo ar televizijos žiūrėjimo taisykles. Labai naudinga kartu su vaikais padelemtuoti (tai reiškia, kad jie turi kalbėti tiek pat arba daugiau negu jūs) apie tai, kam yra reikalingos ribos, kokios jos turėtų būti ir kaip reikėtų jų laikytis. Vaikai daug geriau laikosi tų ribų bei taisyklių, kurias kuriant jie patys prisidėjo, kadangi jiems pasidaro aiškiau, kam jos yra reikalingos.

Pagrindiniai pozityviosios disciplinos siūlomi įrankiai:

- atsisakyti bausmių;
- nenuolaidžiauti;
- elgtis geranoriškai ir ryžtingai vienu metu;
- leisti vaikams ugdyti savo gebėjimus ir pasitikėjimą savimi;
- atsisakyti klaidingos minties, kad norėdami priversti savo vaiką **elgtis gerai**, visų pirma turite priversti jį **jaustis blogai**;
- įtraukti savo vaikus nustatant elgesio ribas.

Klausimai, kurie gali padėti tėvams (globėjams) nustatyti, ar jų vaikų auklėjimo metodai atitinka pozityviosios disciplinos principus:

1. Ar jūsų elgesys su vaiku tuo pačiu metu yra geranoriškas ir ryžtingas? Ar elgiatės su juo pagarbiai ir padrąsinančiai?
2. Ar jūsų auklėjimo metodai padeda vaikui jaustis priklausomam ir reikalingam?
3. Ar jūsų auklėjimo priemonės duoda teigiamų ilgalaikių rezultatų ir ugdo vaiko savigarbą?
4. Ar jūs mokote savo vaikus bendradarbiauti, savarankiškai spręsti problemas, prisiimti atsakomybę už savo veiksmus, pagarbiai elgtis ir rūpintis žmonėmis?

Reaguodami į vaiko elgesį galite taikyti šias pozityviosios disciplinos technikas:

- **Privilegijų pašalinimas:** už netinkamą elgesį apribokite kai kurias vaiko privilegijas.
- **Pertraukėlė:** padarykite pertrauką, kad vaikas nurimtų.
- **Kontrakto su vaiku sudarymas:** sudarykite kontraktą su vaiku apibrėždami, kokį elgesį vaikas turi koreguoti (jis turi būti aiškiai apibrėžtas) ir kokį paskatinimą už tai gaus.
- **Papildomi namų ruošos darbai:** už netinkamą elgesį galite skirti vaikui papildomų namų darbų.
- **Natūralios pasekmės:** tai yra vaiko elgesio pasekmės, atsirandančios natūraliai, nedarant jokių intervencijų (pvz., jei neparuoši namų darbų, gauni prastą įvertinimą).
- **Loginės pasekmės:** susiekite pasekmę su netinkamu vaiko poelgiu (pvz., jei vaikas neatlieka namų darbų ir žaidžia kompiuterinius žaidimus, jam bus apribotas laikas, skirtas praleisti prie kompiuterio. Šis laikas bus padidintas tada, kai bus paruošti namų darbai).
- **Atitaisymas, atsiprašymas:** paprašykite, kad vaikas atitaisytų padarytą žalą (pvz., sutvarkytų pykčio metu padarytą žalą).
- **Pasirinkimai:** leiskite vaikui pasirinkti iš kelių priimtinių pasekmių („Tu dabar turi valytis dantis. Ar nori juos valyti vonioje, ar savo kambarėje?“).

Prisiminkite, kad vaikai yra labai skirtingi. Vienam vaikui yra veiksmingesnis vienas, kitam – kitas auklėjimo metodas. Svarbu atsižvelgti ir į vaiko amžių bei brandą.

5.5. NETINKAMOS VAIKO AUKLĖJIMO TECHNIKOS

Daugelis tėvų (globėjų), siekdami būti „geri“, vadovaujami klaidingu įsitikinimu, kad „geri“ tėvai turi apsaugoti vaikus nuo visų nusivylimų. Dėl to tėvai (globėjai) elgiasi per daug globėjiškai ir neleidžia vaikui ugdytis, įgyti pasitikėjimo savo gebėjimais spręsti problemas. Dėl įtempto gyvenimo ritmo tėvams dažnai nelieka laiko ugdyti savo vaikų gebėjimų. Labai dažnai tėvai (globėjai), nemokydami vaikų bendradarbiauti, iš jų atima galimybę jaustis svarbiems ir reikalingiems šeimoje, o vėliau patys kaltina juos neatsakingu elgesiu.

Vaikas neišmoksta prisiimti atsakomybės, kai jo tėvai (globėjai) labai griežti ir kontroliuojantys arba per daug nuolaidžiauojantys. Vaikas mokosi prisiimti atsakomybę už savo elgesį tada, kai jis skatinamas būti savarankiškas ir jaučiasi gerbiamas bei vertinamas. Labai svarbu suvokti, kad bausmių panaikinimas nereikia, jog vaikui leidžiama elgtis taip, kaip jis nori. Tėvai (globėjai) turi leisti savo vaikui prisiimti atsakomybę už savo elgesio pasekmes.

Netinkami auklėjimo metodai

Griežtas auklėjimas pasižymi perdėta kontrole. Tėvai (globėjai) nustato griežtas taisykles, kurių vaikas privalo laikytis, o už taisyklių nesilaikymą yra baudžiamas. Vaikas nėra įtraukiamas į šeimos sprendimų priėmimo procesą.

Nuolaidžiauojantis auklėjimas pasižymi ribų ir taisyklių nebuvimu. Tėvai suteikia savo vaikui absoliučią laisvę ir tikisi, kad jis pats susikurs tinkamiausias taisykles.

Kodėl neturėtumėte mušti savo vaikų?

- **Smurtas gimdo smurtą.** Nė vienas vaikas nesijaučia gerai, kai yra mušamas, todėl natūraliai siekia keršto.
- **Mušimas nesustabdo nepageidaujamo elgesio.**

- **Mušimas sukelia naujų problemų**, kadangi prie egzistuojančios problemos prisideda ir vaiko pyktis.
- **Mušami vaikai išmoka, kad visos problemos gali būti išsprendžiamos smurtu.**
- **Mušimas sužlugdo atviro bendravimo galimybę** ir vaikų pasitikėjimą tėvais.
- **Smurtas persiduoda iš kartos į kartą.** Labai dažnai savo vaikus mušantys tėvai tokį pat auklėjimą patyrė iš savo tėvų. Taigi mušami vaikai užaugę gali analogiškai auklėti savo vaikus.

Agresyvus elgesys su vaikais yra tėvų kapituliacija prieš vaikus, atskleidžianti nesugebėjimą valdyti savo emocijų. Kiekvieną kartą, kai jums kyla pyktis ant savo vaiko ir norite griebtis diržo, pagalvokite, kad tai jūs prarandate savo elgesio kontrolę, o ne vaikas.

Šie auklėjimo metodai jokių būdu negali būti taikomi:

- Fizinės bausmės – vaiko mušimas, spardymas, žnaibymas arba kitos fizinės žalos jam suteikimas.
- Maisto ribojimas.
- Pravardžiavimas.
- Žeminančios užuominos apie vaiką ir jo šeimą.
- Grasinimas, jog vaikas bus grąžintas į globos namus ar savo biologinę šeimą.
- Vaiko kontaktų su šeimos nariais ribojimas.
- Vaiko izoliavimas uždarytoje patalpoje.
- Leidimas vaikui nubausti kitą vaiką.

5.6. REAGAVIMAS Į KRIZINES SITUACIJAS

Kartais globojant ir auginant vaiką tenka susidurti su kritinėmis situacijomis, kai dažnai iškyla pavojus vaiko ar/ir jį supančių žmonių sveikatai, saugumui, gerovei. Tokiose situacijose kyla labai intensyvūs jausmai. Tai gali būti tokios situacijos, kai:

- vaikas rimtai susižalojo (pvz., pateko į avariją, nukrito, apsidegino ar pan.);
- vaikas patyrė fizinę ar seksualinę prievartą;
- vaikas turi ketinimų nusižudyti arba bandė nusižudyti;
- vaikas pabėgo iš jūsų namų ir jūs negalite su juo susisiekti;
- vaikas piktnaudžiauja psichoaktyviomis medžiagomis (pvz., narkotikais, alkoholiu).

Prie kritinių galime priskirti ir tokias situacijas, kai vaikas nusikalto, ypač jei sukėlė didelę žalą kito žmogaus gerovei ar sveikatai.

Kritinės situacijos gali ištikti bet kurią šeimą ir joje augančius vaikus. Paprastai tai yra tokios situacijos, kai reikia greitai priimti neatidėliotinus sprendimus. Kartais būna brangi kiekviena minutė. Kritinėse situacijose pirmiausia svarbu pasirūpinti vaiko saugumu ir susisiekti su pagalba teikiančiomis tarnybomis (greitosios medicinos pagalbos stotimi, policija). Jei esate vaiko globėjai, apie kritines situacijas informuokite ir jūsų savivaldybės Vaiko teisių apsaugos skyrių, kartu su socialiniu darbuotoju aptarkite pagalbos vaikui veiksmų planą.

Vaiko pabėgimai

Paprastai iš globėjų namų pabėga paaugliai, bet gali pabėgti ir jaunesni vaikai. Dažniausiai vaikai pabėga pas savo tėvus, gimines, draugus, t. y. pas tuos žmones, kuriuos pažįsta ir kuriais pasitiki. Dažnesni pabėgimai yra vaiko adaptacijos naujoje šeimoje pradžioje, kuomet vaikas dar nepasitiki naujais juo besirūpinančiais suaugusiais ir jaučiasi nesaugus. Siekiant užkirsti kelią vaiko pabė-

gimui iš šeimos **svarbu užmegzti su juo kuo artimesnį kontaktą** ir taip pat labai svarbu įtraukti vaiką į savo šeimos gyvenimą. Vaiko pabėgimų tikimybė mažės, jei vaikas jausis svarbus jūsų šeimos narys.

Jeigu jums kyla įtarimas, kad vaikas ruošiasi pabėgti (pvz., kraunasi kuprinę, kaupia maistą, slapukauja) arba jūs išgirdote, kaip vaikas dalijasi savo ketinimais pabėgti su draugais ar kitais asmenimis, informuokite apie tai socialinį darbuotoją, su kuriuo bendradarbiaujate, ir pasitarkite, kaip galėtumėte užkirsti tam kelią. Pasikalbėkite su vaiku ir pasidalinkite savo išgyvenimais, kad jums neramu, ar jis ketina pabėgti. Stenkitės vaiko nekaltinti ir nesmerkti, kalbėkite ramiai. Svarbiausias jūsų pokalbio **tikslas yra suprasti, kaip vaikas jaučiasi jūsų namuose ir kaip jūs galėtumėte padėti jam pasijausti saugiau.**

Jeigu vaikas pabėga:

- Iš pradžių paieškokite vaiko tose vietose, kuriose, tikėtina, jis galėtų būti, pvz., jo biologinių tėvų namuose, pas draugus.
- Praneškite apie pabėgimą savivaldybės Vaiko teisių apsaugos skyriui (jei esate vaiko globėjai), policijai, paskelbkite vaiko paiešką.
- Turėkite omenyje, kad vaiko elgesio problemas (taip pat ir pabėgimą) sukėlė kiti veiksniai ir jūs negalite jų kontroliuoti. Nesijauskite blogi tėvai ar globėjai dėl to, kad vaikas pabėgo iš jūsų namų. Vaikai gali bėgti dėl įvairių priežasčių, kurios nėra susijusios su jūsų veiksmais. Kai kurie vaikai pabėga iš lojalumo savo biologiniams tėvams, kai kurių vaikų elgesį lemia jų vaikystėje patirta trauminė patirtis ir nesugebėjimas pasitikėti suaugusiaisiais.
- Vaiko pabėgimas iš namų gali sukelti jums daugybę jausmų. Jūs galite jaustis išsigandę dėl vaiko saugumo, atstumti, pikti, kalti dėl to, kas įvyko. Yra normalu tokiose situacijose taip jaustis. Pabandykite suprasti, kaip šie jausmai veikia jūsų dabartinį elgesį. Galbūt jaučiatės atstumtas ir tai trukdo jums objektyviai vertinti susidariusią situaciją.
- Suplanuokite, kaip jūs elgsitės, kai vaikas grįš į namus. Įsigilinkite į savo jausmus ir tai, kaip jie gali veikti jūsų atsaką.

Kai vaikas grįžta į jūsų namus:

- Iš karto sutikite vaiką, pakvieskite į namus. Prisiminkite, kad daugeliui vaikų yra lengviau pabėgti nei sugrįžti.
- Pasidalinkite savo nerimu ir susirūpinimu dėl vaiko gerovės ir saugumo.
- Nuraminkite vaiką, jei jis jaučiasi labai susijaudinęs, nerimastingas, sutrikęs.
- Geriau nepulkite iš karto vaiko klausinėti, kodėl jis pabėgo ir kur jis buvo. Leiskite jam kurį laiką pailsėti ir pabūti vienam. Po kurio laiko pasikalbėkite su vaiku apie jo pabėgimo priežastis ir kaip jūs galėtumėte padėti jas pašalinti.
- Prisiminkite, kad jūsų pagrindinis tikslas yra suteikti vaikui saugumo jausmą, taip pat išmokyti jį tvarkytis su sunkumais. Nei bausmės, nei apribojimai nepadės pasiekti šių tikslų.

Suicidiniai (savižudybės) bandymai

Įvairūs tyrimai rodo, kad traumas patyrę vaikai turi didesnę suicidinę riziką. Užsienio tyrimo duomenys taip pat rodo, kad tėvų globos netekę vaikai tris kartus dažniau svarsto apie savižudybę ir maždaug keturis kartus dažniau bando nusižudyti nei kiti vaikai.

Tai, aišku, nereiškia, kad visiems tėvų globos netekusiems vaikams yra būdinga padidėjusi savižudybės rizika. Dauguma vaikų negalvoja nusižudyti ir nebando taip spręsti savo sunkumų. Tačiau jei jūsų vaikui būdingas vienas ar keli žemiau išvardyti veiksniai, jis gali patekti į padidintos rizikos nusižudyti grupę.

- **Ankstesni savižudybės bandymai.** Jei žinote, kad jūsų vaikas jau anksčiau bandė nusižudyti, stebėkite jį atidžiau.
- **Depresija.** Dauguma vaikų, sergančių depresija, nenusižudo. Tačiau depresija ženkliai padidina savižudybės riziką. Daugiau apie vaikų ir paauglių depresiją skaitykite 6.4 dalyje „Vaikas, turintis emocinių problemų“.

- **Kitos psichikos sveikatos problemos ir asmenybės bruožai**, pvz., piktnaudžiavimas psichoaktyviomis medžiagomis, valgymo sutrikimai, savęs žalojimas, impulsyvumas, agresyvumas, vienišumas.
- **Priėjimas prie pavojingų priemonių**, t. y. tokių daiktų, kuriais žmogus gali atimti sau gyvenimą: ginklų, vaistų, narkotikų, kt. Paaugliai labai dažnai elgiasi impulsyviai. Jei tuo metu jie neturi priėjimo prie pavojingų daiktų, pvz., vaistų, krizė gali gana greitai išsispęsti savaime.
- **Prievartos, patyčių patyrimas**. Vaikas, patiriantis prievartą ir patyčias, yra labiau linkęs nusižudyti.

Būkite budrūs ir į visas vaiko užuominas apie savižudybę, norą ar ketinimus reaguokite rimtai. Paaugliai gali būti labai impulsyvūs. Veiksmas, kuris prasidėjo noru atkreipti dėmesį, gali baigtis rimtu susižalojimu ir grėsme gyvybei.

Atkreipkite dėmesį į **požymius, kurie gali liudyti apie tai, kad vaikas galvoja apie savižudybę**:

- Miego ir valgymo pokyčiai (pvz., vaikas negali užmigti arba miega perneilgai, visai neturi apetito arba valgo labai daug);
- Atsiribojimas nuo draugų, šeimos, įprastų veiklų;
- Agresyvus elgesys, pabėgimas iš namų;
- Narkotikų ir alkoholio vartojimas;
- Abejingumas savo išvaizdai;
- Labai staigus asmenybės pokytis (pvz., paprastai draugiškas ir ramus vaikas tapo agresyvus ir dirglus);
- Apatija, dėmesio sukaupimo sunkumai, mokyklinio pažangumo kritimas;
- Dažni skundai fiziniais simptomais, kurie yra susiję su emocijomis, pvz., skrandžio, galvos, pilvo skausmai, nuovargis, kt.;
- Susidomėjimo veikla, kuri anksčiau teikė malonumą, praradimas;
- Verbalinės užuominos: „Man niekas nerūpi“, „Nėra prasmės gyventi“, „Aš noriu tik mirti“ ir kt.;

- Skolų grąžinimas (pvz., vaikas grąžina draugams paskolintas knygas, išmeta nereikalingus daiktus);
- Staigus pralinksminėjimas po depresijos periodo.

Jei įtariate, kad vaikas gali galvoti apie savižudybę, **užduokite jam tiesius ir ryžtingus klausimus, ar jis/ji negalvoja apie savižudybę**. Yra mitas, jog klausimai apie savižudybę paskatina savižudybės ketinimus. Atvirkščiai, tai padeda vaikui suprasti, kad jūsų namuose jis gali kalbėti apie įvairius jausmus, kurie jam kyla. Tai taip pat padeda vaikui suprasti, kad juo yra domimasi ir jis rūpi kitiems žmonėms. Jūsų klausimai vaikui neturi jo išgąsdinti arba nuvertinti. Galite tiesiogiai paklausti vaiko, ar jis galvoja apie savižudybę. Galite pokalbį pradėti ir nuo netiesioginių klausimų:

- Ar tu kada nors galvoji, jog norėtum užmigti ir daugiau niekada neatsibusti?
- Kartais, kai žmonės jaučiasi liūdni, jie turi minčių sužaloti save arba nusižudyti. Ar tau kyla kada nors tokių minčių?

Paskatinkite vaiką išsikalbėti. Padėkite jam išreikšti jausmus. Žmogui, galvojančiam apie savižudybę, dažnai yra būdingas „juoda-balta“ mąstymas. Mąstymas taip pat tampa labai *rigidiškas* ir žmogus nemato kitų alternatyvų spręsti savo sunkumus. Padėkite vaikui pamatyti, kad yra ir kitų būdų tvarkytis su savo emociniu skausmu. Savižudybė – tai yra *pagalbos šauksmas*. Žmogus, galvojantis apie savižudybę, dažnai jaučiasi ambivalentiškai: tuo pačiu metu jis nori ir numirti, ir gyventi. Jūsų tikslas yra sustiprinti vaiko ar paauglio norą gyventi.

Jei jaučiate, kad jums yra sunku kalbėti su vaiku apie savižudybę arba vaikas su jumis atsisako kalbėtis, **ieškokite profesionalios pagalbos**. Galite kreiptis į tarnybas, teikiančias pagalbą telefonu arba tiesiogiai (žr. Priedą 1). Būtinai pašalinkite iš namų priemones, kuriomis vaikas gali nusižudyti (pvz., ginklus), saugiai laikykite medikamentus, mažinkite vaiko priėjimą prie alkoholio.

Jei vaikas turi labai aukštą riziką nusižudyti – turi parengęs konkretų planą, kaip nusižudyti, yra pasiruošęs priemonės (pvz., vaistų, nuodų, peiliukų, kt.) – **nepalikite jo vieno be priežiūros. Užtikrinkite jo saugumą** – atimkite iš vaiko sa-

vižudybės priemonės. Stenkitės rasti su vaiku bendrą kalbą. Susisiekite su greitosios medicinos pagalbos tarnyba arba psichikos sveikatos specialistu. Nepraraskite budrumo ir tuomet, kai atrodo, jog savižudybės rizika yra sumažėjusi. Nuolat teikite vaikui palaikymą.

Vienas iš svarbiausių vaikų ir paauglių savižudybių prevencijos veiksnių yra šilti, palaikantys santykiai su tėvais ar globėjais, tad jūsų santykiai su vaiku gali turėti labai svarbią reikšmę vaiko emocinei savijautai.

Narkotinių medžiagų vartojimas

Yra daugybė priežasčių, kodėl vaikai ir paaugliai pradeda eksperimentuoti ir piktnaudžiauti narkotinėmis medžiagomis. Smurto ir nepriežiūros patyrimas yra viena iš šių priežasčių. Daug vaikų pradeda vartoti narkotines medžiagas net ir augdami socialiai saugiose šeimose, todėl tėvams ar globėjams visada pravartu atkreipti dėmesį į ženklus, įspėjančius, jog jų vaikas gali vartoti narkotikus.

Būkite budrūs **požymiams**, kurie gali liudyti apie tai, kad paauglys vartoja psichoaktyvias medžiagas:

- Raudonos akys. Paauglio kambaryje galite aptikti vaistų, kurie mažina akių raudonumą (pvz., Visine). Vaikas taip pat gali nuolat nešioti saulės akinius, nors oras ir nėra saulėtas.
- Nuolat džiūstanti burna.
- Nuovargis, susierzinimas ir negalėjimas nusėdėti vietoje
- Stiprėjantys ir sunkiai paaiškinami nesutarimai su bendraamžiais, suaugusiaisiais, jumis ir kitais šeimos nariais, kontaktų su šeima ir mokykla vengimas.
- Pasikeitę draugai.
- Elgesio, išvaizdos pokyčiai.
- Miegoistumas, apatija.
- Svorio netekimas.

- Miego sutrikimai (pvz., vaiką kankina nemiga arba jis nuolat atrodo mieguistas).
- Nesugebėjimas susikaupti, susilpnėjusi trumpalaikė atmintis.
- Prastėjantys pasiekimai mokykloje, vaikas dažnai bėga iš pamokų.
- Išsiplėtę akių vyzdžiai.
- Vaikas dažnai serga peršalimo ligomis, skundžiasi skausmu krūtinėje, yra išbertas.
- Mergaitės pasireiškia nereguliarus mėnesinių ciklas.
- Vaikas praranda domėjimąsi savo išvaizda.
- Vaikas pernelyg daug laiko praleidžia vienas.
- Vaikas slapukauja, nesidalija savo patirtimis, išgyvenimais.
- Vagystės, pvz., pastebite, kad iš namų dingsta pinigai arba daiktai.
- Nenoras parsivesti savo draugų namo, vaikas labai daug laiko praleidžia ne namuose.
- Jums pradeda tapti sunku pasitikėti vaiku, tačiau pats vaikas nuolat pažada „pasitaisyti“.

Jei aptikote, jog jūsų paaugliui yra būdingi kai kurie čia išvardytų požymių, tai dar nebūtinai reiškia, kad jis vartoja narkotikus. Jeigu jums kyla įtarimas, kad vaikas gali vartoti psichoaktyvias medžiagas, visų pirma pasikonsultuokite su socialiniu darbuotoju ar psichikos sveikatos specialistu.

Kiti svarbūs veiksmai kilus įtarimui dėl vaiko ar paauglio narkotikų vartojimo:

- Nuvežkite ištirti paauglio šlapimą. Visi narkotikai žmogaus organizme išsilaiko ne mažiau kaip 3 paras.
- Jeigu šlapimo tyrimas patvirtins, jog vaikas vartoja narkotikus, pasirenkite pokalbį su juo – numatykite kelis problemos sprendimo būdus.
- Aptarkite su vaiku susidariusią padėtį, pasidalykite tuo, kas jums kelia nerimą, paskatinkite vaiką išsikalbėti. Pasiūlykite savo sprendimo būdus.

- Būkite pasirengę, kad vaikas priešinsis ir mėgins neigti turintis sunkumų. Įspėkite vaiką apie pasekmes, jeigu jis atsisakys jūsų pagalbos.
- Izoliuokite vaiką nuo draugų, galinčių vartoti narkotikus, ir sukurkite tokią aplinką, kurioje narkotikai netoleruojami.
- Suplanuokite aktyvią vaiko dienvakę: vaikui neturėtų būti galimybių susitikti su narkotikus vartojančiais draugais.
- Sudarykite galimybę vaikui lankyti tęstinę psichologinę pagalbą.

Įsitraukimas į nusikalstamą veiką

Vaikų nusikaltimai gali varijuoti nuo šokoladuko vagystės prekybos centre iki didelės žalos kito žmogaus turtui ar sveikatai. Jei vaikas augo šeimoje, kurioje patyrė nuolatinį badą ir nepriteklių, jis galėjo įprasti vogti norėdamas išgyventi. Dažnai vagia vieniši vaikai, gyvenę šeimose, kuriose nepatyrė jiems reikalingo artumo, dėmesio ir palaikymo. Šiems vaikams dažnai kyla sunkumų bendrauti su bendraamžiais, mokykloje. Jie turi nepatenkintų emocinių poreikių ir nemoka išreikšti dėl to kylančių neigiamų jausmų. Vagiliavimas jiems gali būti būdas išreikšti savo nepasitenkinimą ir patirti malonumą. Dažnai vagiliavimas gali liudyti ir apie rimtesnius vaiko elgesio sutrikimus. Svarbu atkreipti dėmesį, ar, pavogęs daiktą ar pinigus, vaikas išgyvena dėl to kaltės ir gėdos jausmus. Kaltės stoka yra svarbus diagnostinis požymis, rodantis, kad vaikui gali būti reikalinga profesionali pagalba. Vaikai ar paaugliai taip pat gali vogti turėdami priklausomybę nuo alkoholio ar narkotinių medžiagų. Tokiu atveju pinigai jiems reikalingi psichoaktyvioms medžiagoms įsigyti.

Jei dėl vaiko prasižengimo yra pateiktas pareiškimas policijai, gali būti pradėtas ikiteisminis tyrimas. Svarbu atkreipti dėmesį, kad pagal Lietuvos Respublikos baudžiamąjį kodeksą, atsako asmenys nuo 16 metų. Nuo 14 metų nepilnamečiai atsako už tam tikras nusikalstamas veikas: nužudymą, sunkų sveikatos sutrikdymą, išžaginimą, seksualinį prievartavimą, vagystę, plėšimą, turto prievartavimą, turto sunaikinimą ar sugadinimą, šaunamojo ginklo, šaudmenų, sprogmenų ar sprogstamųjų medžiagų pagrobimą, narkotinių ar psichotropinių medžiagų va-

gystę, prievartavimą arba kitokį neteisėtą užvaldymą, transporto priemonių ar jose esančių įrenginių sugadinimą.

Pagal 2000 metų Baudžiamąjį kodeksą, nepilnamečiui, padariusiam baudžiamąjį nusižengimą, skiriamos, o nusikaltimą padariusiam ir nuo baudžiamosios atsakomybės ar bausmės atleistam nepilnamečiui gali būti skiriamos tokios auklėjamojo poveikio priemonės: 1) įspėjimas; 2) turtinės žalos atlyginimas arba jos pašalinimas; 3) nemokami auklėjamojo pobūdžio darbai; 4) atidavimas tėvams ar kitiems fiziniams ar juridiniams asmenims, kurie rūpinasi vaikais, ugdyti ir prižiūrėti; 5) elgesio apribojimas; 6) atidavimas į specialią auklėjimo įstaigą. Kaip rodo patirtis, dažniausiai skiriama auklėjimo priemonė nepilnamečiams yra atidavimas tėvams arba kitiems asmenimis, kurie rūpinasi vaiku.

Jei vaikas nusikalto, dar nebūtinai reiškia, kad jis nusikals ir ateityje. Labai svarbu suprasti priežastis, pastūmėjusias vaiką vogti arba kitaip prasižengti. Tai gali vykti dėl vaiko nesugebėjimo tinkamai išreikšti neigiamas emocijas arba dėmesio stokos. Kreipkitės į psichikos sveikatos specialistą (psichologą, vaikų ir paauglių psichiatrą) ir pasitarkite dėl galimos vaiko elgesio korekcijos. Patekęs į šeimos aplinką, kurioje yra aiškios ir tinkamos elgesio ribos, suprantantys ir juo besirūpinantys suaugusieji, vaikas dažniausiai išmoksta socialiai priimtinių būdų tenkinti savo poreikius, valdyti impulsus ir įveikti sunkias situacijas.

5.7. VAIKO MOKYMOSI PROBLEMOS IR JŲ SPRENDIMAS

Tėvų globos netekę vaikai yra labai skirtingi. Vieniems jų patinka lankyti mokyklą, jie gerai mokosi ir noriai eina į mokyklą. Kiti, atvirkščiai, stokoja mokymosi motyvacijos. Dar gyvendami su tėvais arba globos įstaigoje jie praleidinėja pamokas, neatlieka namų darbų, nesiekia geresnių mokymosi pažymių. Gali būti, kad vaikas, kurį globojate arba įvaikinate, nerodys didelio susidomėjimo mokslais, nenoriai atlikins namų darbus. Jis taip pat gali bėgti iš pamokų arba nuolat

ieškoti pateisinamos priežasties, kaip nenuieiti į mokyklą. Gali būti ir taip, kad vaikas labai stengsis mokytis, bet jo pažymiai vis tiek bus prasti.

Daugelis ir šeimose augančių vaikų vienu ar kitu periodu turi mažesnių ar didesnių sunkumų mokykloje. Vieniems vaikams sunku susidraugauti su bendraklasiais, kitiems prasčiau sekasi tam tikri dalykai, tretį nesutaria su kai kuriais mokytojais. Daug vaikų išgyvena neigiamus jausmus, susijusius su mokykla. Tėvų globos netekę vaikai taip pat nėra išimtis. Šie vaikai galėjo niekada neturėti pozityvios patirties mokykloje. Dėl žinių spragų ir pedagoginio apleistumo jiems galėjo būti sunku mokytis ir jie niekada nepatyrė sėkmės. Tai mažino jų pasitikėjimą savimi. Dėl smurto, nepriežiūros jiems buvo sunku susikonscentruoti per pamokas ir sutelkti dėmesį. Be to, vaikams galėjo būti nelengva susidraugauti su klasės draugais. Jie galėjo jaustis atstumti ir izoliuoti, galbūt net patyrė patyčias. Mokykloje jie galėjo jaustis „nevykėliai“ – štai kodėl ilgainiui jie galėjo pradėti vengti jos.

Dar prieš vaikui apsigyvenant jūsų šeimoje, jūs jau turėsite informacijos apie jo mokyklinius pasiekimus, jo gebėjimus ir sunkumus mokykloje. Pasitarkite su socialiniu darbuotoju, kaip būtų geriau organizuoti tolesnį vaiko ugdymo procesą, kokia pagalba vaikui bus reikalinga. Jei vaikas turi dideles žinių spragas arba specialiuosius mokymosi poreikius, jam gali būti reikalinga papildoma ir jūsų, ir specialistų pagalba.

Remdamiesi jau turima informacija apie vaiką, kelkite jam realius tikslus, tačiau ir nenuvertinkite vaiko. Kaip rodo užsienyje atlikti tyrimai, viena tėvų globos netekusių vaikų mokymosi problemų priežasčių gali būti žemi pačių mokytojų lūkesčiai šių vaikų atžvilgiu. Mokytojai dažnai nesitiki iš šių vaikų aukštų mokyklinių pasiekimų, todėl skiria jiems labai mažai dėmesio, nemotyvuoja ir neskatina. Taip ir patys vaikai praranda motyvaciją siekti geresnių rezultatų.

Vaiko problemos mokykloje gali jums sukelti daug nerimo ir streso. Gali būti nelengva nuolat konfrontuoti su vaiku dėl mokyklos lankymo ir pamokų ruošos, aiškintis mokytojams dėl prastų vaiko pažymių arba nedrausmingo elgesio per pamokas. Jei jums labai sunku tvarkytis su vaiko mokymusi, pasitarkite su socialiniu darbuotoju, kreipkitės į psichikos sveikatos specialistus. Pasistenkite už-

megzti kuo geresnį ryšį su vaiko klasės auklėtoja, kartu aptarkite pagalbos vaikui planą ir jo nuosekliai laikykitės. Pasistenkite suprasti priežastis, dėl kurių vaikas nenori eiti į mokyklą. Tai padės jums suprasti ir tai, kaip jūs galite padėti vaikui.

Vaiko nenoro eiti į mokyklą ir prastų jo pažymių priežastys gali būti labai įvairios:

- **Neigiama patirtis mokykloje.** Vaikas vengia veiklos, kuri jam nesiseka. Vaikas jaučia, kad jam nesiseka atlikti mokyklinės užduoties, jis nesupranta skiriamų užduočių sąlygų ir instrukcijų. Tai jam kelia nerimą ir jis pradeda vengti mokyklos ir su ja susijusių dalykų.
- **Žema savigarba.** Net jei vaikas realiai gali atlikti tam tikrą veiklą, dėl žemos savigarbos jis geriau nerizikuos ir nieko nedarys, nes nesėkmė dar labiau pažeis jo trapų savigarbos jausmą.
- **Žemi lūkesčiai vaiko atžvilgiu.** Dažnai mokinys atspindi savo mokytojų nuostatas. Jei mokytojas tiki, kad mokinys gali išmokyti, pats vaikas bus linkęs labiau pasitikėti savimi ir savo gebėjimais.
- **Paskatinimo stoka.** Vaiko mokymosi motyvacijai įtakos turi ir jam artimų, emociškai reikšmingų žmonių nuostatos mokyklos ir išsilavinimo atžvilgiu. Svarbu, kad jūsų namuose vaikas gautų šią svarbią žinią – išsilavinimas yra vertingas, o pats mokymosi procesas gali teikti didelį emocinį pasitenkinimą.
- **Pernelyg didelis spaudimas.** Vaikas gali stokoti mokymosi motyvacijos ir dėl to, kad susiduria su nuolatiniu spaudimu mokytis kuo geriau. Spaudimas kelia vaikui įtampą, o nuo įtampos jis gali vaduotis vengimu ir atidėliojimu. Prisiminkime save: jei turime padaryti kokį nors labai svarbų dalyką, nuo kurio priklauso mūsų įvertinimas, dažniausiai esame linkę jį atidėlioti.
- **Problemos su bendraklasiais ir mokytojais.** Vaikui gali patikti pats mokymosi procesas, tačiau jam gali būti sunku eiti į mokyklą dėl nesutarimų su bendraklasiais. Vaikams draugai yra labai svarbūs. Jei jaučia, kad nesiseka susidraugauti arba nepritampa klasėje, vaikai gali prarasti su-

sidomėjimą mokykla. Ypatingai sunku yra tiems vaikams, kurie patiria patyčias iš kitų vaikų. Jei vaikas nesutaria su mokytojais, tai taip pat jam kelia papildomą įtampą ir mažina jo motyvaciją lankyti mokyklą.

- **Psichikos sveikatos problemos.** Žema mokymosi motyvacija gali būti vienas iš depresijos, elgesio sutrikimų požymių. Tokiu atveju vaikui gali būti reikalinga specialistų pagalba.

Kaip motyvuoti vaiką mokytis?

Visų pirma pasistenkite **sukurti saugią ir paskatinančią namų aplinką**. Parodykite vaikui, kad jūs labai vertinate išsilavinimą ir suprantate jo svarbą. Parodykite vaikui, kad nesėkmė yra normali mokymosi proceso dalis. Nebauskite vaiko už nesėkmes. Parodykite vaikui pavyzdį, kaip yra smagu išmokti ir sužinoti ką nors naujo.

Antra, **išlaikykite balansą tarp išorinės ir vidinės mokymosi motyvacijos**. Vaikai, turintys vidinę motyvaciją mokytis, mokosi, nes jiems tai teikia asmeninį pasitenkinimą. Tuo tarpu vaikams, kuriems būdinga išorinė motyvacija, mokosi tikėdamiesi gauti apdovanojimą arba išvengti bausmės. Pastarieji neretai deda tik minimalias pastangas atlikdami užduotis, o jų išorinė motyvacija tęsiasi tol, kol tęsiasi išorinis apdovanojimas. Pradžioje vaikui, kuris neturi vidinės motyvacijos mokytis, svarbu sukurti ir palaikyti išorinę motyvaciją. Bet vertėtų visada ieškoti tų dalykų, kurie vaikui sekasi ir kurie gali jam suteikti ir vidinį pasitenkinimą.

Taigi yra svarbu **surasti sritis, kuriose vaikui sekasi, ir susikoncentruoti į jas**. Dėl nuolatinių nesėkmių krenta ir vaiko motyvacija, ir pasitikėjimas savimi. Galbūt vaikui nesiseka mokykloje, tačiau sekasi kitose srityse, pvz., jam patinka sportuoti arba užsiimti rankdarbiais. Galima pamėginti suprasti, kokia yra vaiko sėkmės formulė, ir pritaikyti ją akademinėje sferai. Mėginkite suprasti, koks yra vaiko mokymosi stilius – ar jam lengviau įsiminti vaizdinę, ar garsinę medžiagą, kiek ilgiausiai jis gali susikaupti, kokias pertraukas turi daryti mokydamasis. Jūsų supratimas, kantrybė ir sunkus darbas gali padėti vaikui atrasti kelią ir į akademinę sėkmę.

Mokykite vaiką nustatyti trumpalaikius ir ilgalaikius tikslus. Tikslai, ypač jei jie pasiekiami, yra stiprūs skatinamieji faktoriai. Mažiems vaikams svarbūs

trumpalaikiai tikslai, kuriuos jie gali įvykdyti per trumpą laiko tarpą, pvz., sutvarkyti žaislus arba išnešti šiukšles. Vyresni vaikai jau gali nustatyti ir ilgalaikius tikslus, pvz., atlikti papildomus namų ruošos darbus siekdami įsigyti dviratį. Geriausi tikslai yra konkretūs. Nekonkreto tikslo pavyzdys yra „pradėsiu mokytis geriau“, o konkretaus – „sieksiu pagerinti matematikos trimestro vidurkį bent vienu balu“. Turi būti aiškiai išmatuojamas tikslo rezultatas, kad vaikas žinotų, ko konkrečiai siekia. Svarbiausias dalykas, kurio siekiame išmokyti vaiką, yra tas, jog vaikas gali atlikti tai, ką užsibrėžė. Tai padeda vaikui vystyti savo kompetencijos jausmą, kuris ir yra vienas iš svarbiausių motyvuojančių veiksnių.

Parodykite vaikui jo pasiekimus. Kiekvieną savaitę paskatinkite vaiką išsirinkti 1–3 geriausius jo atliktus darbus mokykloje, pvz., gerai parašytą diktantą, matematikos namų darbą, piešinį ir pakabinkite matomoje vietoje. Nelyginkite vaiko su kitais vaikais, geriau **pabrėžkite jo paties sėkmę**. Vaikui be galo svarbu yra matyti, kad jis daro pažangą ir gali didžiulius savo pasiekimais.

Venkite moralizuoti dėl vaiko prastų pažymių, jį gąsdinti arba maldauti. Tai gali tik dar labiau pabloginti situaciją. Svarbiausia – supraskite vaiko nenoro mokytis priežastis ir nukreipkite savo jėgas šioms priežastims šalinti. Jūsų supratimas, kantrybė ir sunkus darbas gali padėti vaikui atrasti kelią ir į akademinę sėkmę.

5.8. VAIKO RŪKYMAS

Daug vaikų pradeda rūkyti būdami 11 metų, o kai kurie, sulaukę 14 metų, jau būna priklausomi nuo nikotino. Nepaisant to, kad rūkymas TV ar kino filmuose yra romantizuojamas ir idealizuojamas, jūs galite turėti bene svarbiausią vaidmenį formuodami vaiko požiūrį į rūkymą. **Labai nuoširdžiai ir tiesiogiai pasakykite vaikui, jog nenorite, kad jis rūkytų.** Pradėkite kalbėtis su vaiku apie rūkymą nuo 5–6 metų ir tęskite pokalbius iki pilnametystės. Paaiškinkite vaikui ne tik apie rūkymo žalą, bet ir nemalonius su rūkymu susijusius fizinius aspektus, pvz., kvėpavimo problemas arba geltonus dantis. **Kalbėkite ne tik apie ilgalaikes, bet ir trumpalaikes pasekmes.** Paaugliams paprastai mažai rūpi ilgalaikės pasekmės,

todėl veiksmingiau būtų pakalbėti su jais apie prastą burnos kvapą, suprastėjusius sporto pasiekimus ir kt.

Nerūkydami parodysite vaikui tinkamą pavyzdį. Tėvų, kurie rūko, vaikai dažniausiai taip pat rūko. Laikykitės „draudžiama rūkyti“ politikos savo namuose. Neleiskite niekam rūkyti savo namuose.

Pasidomėkite, ar vaikas turi rūkančių draugų. Pakalbėkite su vaiku apie tai, kaip atsisipirti bendraamžių spaudimui pabandyti rūkyti. Galbūt jūsų paauglys jau pradėjo rūkyti? Tuomet **pasistenkite padėti jam mesti rūkyti kuo greičiau.** Svarbu suprasti, kad vaikai ir paaugliai gali labai greitai tapti priklausomi nuo nikotino ir tuomet mesti bus labai sunku.

Aptikę paauglį rūkantį, negrasinkite jam ir nekelkite ultimatumų. Geriau **pabandykite suprasti, kodėl jis rūko:** galbūt taip jis siekia jūsų dėmesio, galbūt nori pritapti prie bendraamžių. Pakalbėkite su juo, kaip jis galėtų patenkinti šiuos poreikius kitais būdais.

Jei jūs pats (pati) rūkote, **nepalikite cigarečių visuose namuose.** Lengvas priėjimas prie cigarečių gali sustiprinti vaiko norą jas išbandyti. Galvokite, kur jūs rūkote. Tėvų, kurie rūko visur, net namie, šalia kitų žmonių, vaikai rūko dažniau nei tada, kai tėvai rūko tik privačioje erdvėje, kai šalia nėra nerūkančiųjų.

Jeigu jums teko mesti rūkyti praeityje, pasidalykite šia savo patirtimi su vaiku. Vaikai ir paaugliai dažnai neįvertina, kaip sunku yra mesti rūkyti. Jei jūs bandote mesti rūkyti šiuo metu, paprašykite vaikų jus palaikyti.

5.9. VAIKO AGRESIJA IR JOS VALDYMAS

Pyktis – tai normali ir dažniausiai automatinė reakcija į grėsmę, frustraciją ar skausmą – fizinį arba emocinį. Paprastai šis skausmas yra lydimas tam tikrų minčių – to, kaip vaikas interpretuoja situaciją, net jeigu ši interpretacija yra ir neteisinga (pvz., vaikui gali atrodyti, kad kitas vaikas jį įžeidė vien tik į jį pasižiūrėjęs). Traumas patyrę vaikai dažnai neteisingai interpretuoja kitų žmonių keti-

nimus. Pyktį gali sukelti prisiminimai apie trauminį arba skausmingą įvykį. Pyktis paprastai visada yra nukreiptas į tam tikrą tikslą. Kartais tas tikslas būna pats asmuo – tuomet pasireiškia agresija sau (pvz., savęs kaltinimai, savęs žalojimas arba, kraštutiniais atvejais, bandymai nusižudyti). **Pyktis yra jausmas, o agresija yra veiksmas,** pvz., vaikas sumušą kitą vaiką arba sudaužo kokį nors daiktą.

Vaikas gali niršti, pykti ir agresyviai elgtis dėl daugybės priežasčių. Jis gali būti išmokęs agresyvių savo pykčio išraiškos būdų arba pažinoti tik vieną – aukos ir smurtautojo – bendravimo modelį. Jis gali tikėti, kad tik smurtas padės jam pasiekti tai, ko nori. Tam tikrais atvejais vaikas nuolat įsitraukia į provokuojantį agresyvų elgesį, taip bandydamas sukelti ir aplinkinių žmonių agresyvų atsaką. Prie šio atsako jis buvo įpratęs savo šeimoje ir būtent jo jis ir tikisi iš kitų suaugusiųjų. Vaikas gali tiesiog stokoti savikontrolės ir socialinių įgūdžių ir nemokėti žodžiais išreikšti savo jausmų.

Agresija gali pasireikšti bet kurio amžiaus vaikui. **Pirmaisiais gyvenimo metais** tėvai dažniausiai skundžiasi, kad jų kūdikis labai intensyviai verkia, sunkiai nusiramina. Kūdikio verksmas – tai jo bendravimo būdas. Taip jis leidžia žinoti, kad tam tikri jo poreikiai nėra patenkinti. **Antraisiais gyvenimo metais** vaikai gali kandžiotis, žnaibytis, muštis. Jie taip pat gali agresyviai elgtis su žaislais, pvz., juos mėtyti arba laužyti. **Trečiaisiais penktaisiais** gyvenimo metais vaiko fizinė agresija silpnėja, nes jis išmoksta geriau valdyti kalbą ir gali žodžiais išsakyti savo pyktį. Svarbu prisiminti, kad maži vaikai yra labai egocentriški ir viską mato per „viskas arba nieko“ prizmę. Jie dar negali suprasti, kad tas pats žmogus vienu metu gali būti ir geras, ir blogas. **5–6 metų vaikui** gali padažnėti pykčio protrūkių. Būdamas tokio amžiaus jis gali dažnai trankytis durimis, piktai kalbėtis, prasivardžiuoti. Tačiau paprastai pykčio protrūkiai pasireiškia namuose – kituose kontekstuose vaikas sugeba save valdyti. Kai kurie vaikai gali būti labiau agresyvūs ir vyresnio amžiaus. Berniukai paprastai savo agresiją išreiškia per fizinės atakas ir tiesiogines konfrontacijas. Tuo tarpu mergaitės retai demonstruoja fizinę agresiją, bet agresyviai elgiasi ignoruodamos, sleisdamos paskalas. Kai vaikas auga, jam vis didesnę įtaką daro bendraamžiai. Jie gali dar labiau sustiprinti vaiko agresyvumą, jei ir patys elgiasi agresyviai, arba, atvirkščiai, jį susilpninti, jei laikosi kitų elgesio

modelių. Paprastai agresyvūs vaikai turi agresyvių draugų tinklą. Deja, vaikas gali būti agresyvus augdamas net ir labai pozityvioje šeimoje. Jam įtakos gali turėti jo draugai, mokykla, smurtas, demonstruojamas per TV arba internete. Kita vertus, **daugumą vaikų galima išmokyti savikontrolės ir pykčio įveikos strategijų.**

Nėra lengva susidurti su vaiko pykčiu ir agresija. **Svarbiausia jūsų užduotis – parodyti vaikui supratimą ir empatiją (normalizuoti vaiko jausmus ir leisti jam pykti), bet kartu aiškiai parodyti, kad yra tinkamos ribos savo pykčiui išreikšti.**

Kokie yra konstruktyvūs pykčio išraiškos būdai?

- Pagalvės arba bokso kriaušės kumščiavimas.
- Rėkimas (pvz., geriausia – nuošalioje vietoje).
- Gilus kvėpavimas diafragma – įkvėpti, suskaičiuoti iki 5 ir iškvėpti.
- Plastilino arba tešlos minkymas.
- Išsimaudymas duše.
- Pasivaikščiojimas.

Vyresniems vaikams galima pasiūlyti **šiuos neigiamų jausmų išraiškos būdus:**

- Įsivaizduoti, kaip sudedi visus jausmus į balioną, jį užriši, nukerpi virvutę ir paleidi į dangų.
- Surašyti visus jausmus ant popieriaus lapo (galima ir nupiešti), tada šį lapą išmesti arba sudeginti.
- Įsivaizduoti, kad esi ramioje vietoje, kuri tau labai patinka, vizualizuoti, su kuo esi, ką matai, girdi, lieti.

Svarbiausia – išlaikykite ramybę ir nuoseklumą:

- Nustatykite aiškias taisykles ir duokite trumpus, specifinius nurodymus apie pageidaujamą elgesį, ne apie nepageidaujamo elgesio draudimą (pvz., vietoj „Nebėk“ sakykite „Prašau eiti lėtai“).
- Suteikite adekvačias pasekmes už netinkamą vaiko elgesį. Mažiesiems vaikams netinka, jei pasekmės yra labai nutolusios nuo paties poelgio, už kurį jos yra skiriamos, įvykdymo laiko.

- Nustatydami vaikui elgesio ribą, venkite įsitraukti į ginčą arba perdėtus aiškinimus, nes taip paprasčiausiai suteiksite vaikui dar daugiau dėmesio. Atidėkite derybas iki ramybės periodo.

Ką jūs dar galite padaryti?

- Stebėkite vaiko elgesį ir **pabandykite atpažinti, kas išprovokuoja jo agresiją.** Kitais žodžiais tariant, kokiose situacijose ir kokiomis aplinkybėmis jūsų vaiko agresija didėja. Tai padės jums iš anksto numatyti šias situacijas ir joms pasiruošti.
- Su ikimokyklinukais ir jaunesnio mokyklinio amžiaus vaikais **TV žiūrėkite kartu,** kad galėtumėte pakomentuoti smurtinius vaizdus, kuriuos vaikas galbūt pamatys. Dainuokite daineles, pasakokite istorijas apie įvairius jausmus, taip pat ir pyktį, nusivylimą, frustraciją. Pasakykite, kad yra normalu pykti, papasakokite, kokiais būdais pyktį galima išreikšti.
- Kontroliuokite savo elgesį ir stenkitės nepratrūkti per vaiko pykčio priepuolius. **Būkite vaikui elgesio pavyzdys.**
- **Venkite perdėto nuolaidumo, aplaidumo ir tolerancijos ARBA pernelyg didelės struktūros ir griežtų reikalavimų.**
- **Įrenkite vaikui namie „pykčio kampelį“** – saugią vietą, kurioje vaikas galėtų išreikšti savo pyktį. Šiame kampelyje gali būti bokso kriaušė, kurią vaikas gali pakumščiuoti, laikraščius, kuriuos galės paplėšyti, balionų, kuriuos galės pasprogdinti, popieriaus ir dažų, kuriais galėtų papiešti. Įveskite taisyklę: vaikui supykus, jis nueina į pykčio kampelį ir ten išreiškia pyktį tinkamais būdais. Kalbėkitės su vaiku tik tuomet, kai jis nusiramins.
- Agresija dažnai būna vaikui įrankis patenkinti vieną iš savo poreikių – dėmesį, saugumą, kontrolę arba vertės jausmą. Jei vaikas siekia patenkinti dėmesio poreikį, apdovanokite jį dėmesiu, kai jis elgsis tinkamai, jei kontrolės – leiskite jam daryti įvairius pasirinkimus.
- Mažas vaikas dar stokoja vidinės kontrolės, todėl **jo kontrolė turite būti jūsų.** Jei vaikas muša kitą vaiką, jums gali neužtekti žodžių jo elgesiui su-

stabdyti. Tokiu atveju jūs turite švelniai, bet tvirtai jį sulaikyti nuo mušimo. Jūs vaikui suteikiate kontrolę, kurios jis stokoja. Jūs taip pat galite pasakyti vaikui: „Aš sulaikysiu tave, kad nemuštum sesės“. Reaguodami į mažo vaiko agresiją galite nukreipti jo dėmesį. Tam tikrais atvejais reikia pašalinti objektą, kurio atžvilgiu vaikas yra agresyvus (pvz., žaislą, kurį jis daužo), arba išnešti vaiką iš situacijos, kurioje jis prarado kontrolę (pvz., parduotuvės).

- **Būtinai pastebėkite teigiamus vaiko elgesio pokyčius:** „Man patinka, kaip tu supykęs ne mušiesi, o pyktį išreiškei žodžiais“.
- Apie vaiko agresyvių elgesį kalbėkitės tik tuomet, kai jis jau bus nurimęs.

Laikykitės šių patarimų:

- Išlaikykite teigiamą toną. Neleiskite sau kritikuoti vaiko, jį žeminti. Svarbiausia žinia, kurią turite perduoti vaikui, yra „Aš myliu tave, bet nepriitariu tavo elgesiui“.
- Nemažinkite vaiko atsakomybės jausmo. Nesvarbu, kas vaiką išprovokavo, imtis agresijos buvo jo pasirinkimas.
- Aptarkite iš anksto žinomas pasekmes. Naudokite natūralias arba logines pasekmes.
- Padėkite vaikui suprasti, kokių tikslų jis siekė elgdamasis agresyviai, pasistenkite rasti kitų būdų šiems tikslams pasiekti: „*Ką tu darei? Kokią problemą tu norėjai išspręsti? Kokio tikslo norėjai pasiekti? Kaip kitą kartą galėtum tai išspręsti neskaudindamas kitų?*“

SANTRAUKA

- **Pozityvi tėvystė** – tai vaikų auginimo filosofija, kuri koncentruojasi į vaiko galimybių, stiprybių ir gebėjimų ugdymą, kad užaugęs jis sugebėtų save realizuoti. Jos pagrindinis principas – **auginti vaiką padrąsinant, bet nebaudžiant**.
- **Pozityvioji disciplina** pasižymi demokratišku auklėjimu, paremtu tėvų autoritetu. Tėvai įtraukia savo vaiką į **sprendimų priėmimą ir šeimos bendravimo taisyklių kūrimą**.
- Pagrindiniai pozityviosios disciplinos siūlomi įrankiai:
 - atsisakyti bausmių;
 - nenuolaidžiauti;
 - elgtis geranoriškai, bet kartu ir ryžtingai;
 - leisti vaikams ugdyti savo gebėjimus ir pasitikėjimą savimi;
 - atsisakyti klaidingos minties, kad, norėdami priversti savo vaiką elgtis gerai, visų pirma turite priversti jį jaustis blogai;
 - įtraukti savo vaikus nustatant elgesio ribas.
- **Netinkami auklėjimo metodai:**
 - **Griežtas auklėjimas** pasižymi perdėta kontrole. Tėvai nustato griežtas taisykles, kurių vaikas privalo laikytis, o už taisyklių nesilaikymą yra baudžiamas.
 - **Nuolaidžiaujantis auklėjimas** pasižymi ribų ir taisyklių nebuvimu.
- gresyvus elgesys su vaikais atskleidžia **tėvų nesugebėjimą valdyti savo emocijų**.
- Jei **vaikas pabėgo iš namų**, paieškokite jo tose vietose, kur, tikėtina, jis galėtų slėptis, informuokite policiją, paskelbkite paiešką. Stenkitės suprasti priežastis, dėl kurių vaikas gali bėgti iš namų, ir būdus, kaip sustiprinti jo saugumo jausmą jūsų namuose.

- Jei įtariate, kad vaikas **gali galvoti apie savižudybę**, užduokite jam tiesius ir ryžtingus klausimus, ar jis/ji negalvoja apie savižudybę. Jei vaikas **turi labai aukštą riziką nusižudyti** – turi parengęs konkretų planą, kaip nusižudyti, yra pasiruošęs priemonės – nepalikite jo vieno be priežiūros. Užtikrinkite jo saugumą – atimkite savižudybės priemones bei susisiekite su sveikatos priežiūros specialistais.
- Jei **vaikas piktnaudžiauja psichoaktyviomis medžiagomis**, ištirkite jo šlapimą, aptarkite kartu su juo susidariusią situaciją, pasiūlykite savo sprendimo būdus, izoliuokite nuo draugų, vartojančių psichoaktyvias medžiagas, sudarykite užimtą dienotvarkę, užtikrinkite tęstinės psichologinės pagalbos galimybę.
- Norint **paskatinti vaiko mokymosi motyvaciją**, svarbu surasti balansą tarp vidinės ir išorinės mokymosi motyvacijos, surasti sritis, kuriose vaikui sekasi, ir į jas susikonscentruoti, parodyti vaikui jo pasiekimus, išmokyti jį siekti trumpalaikių ir ilgalaikių tikslų.
- **Pyktis** – tai normali ir dažniausiai automatinė reakcija į grėsmę, frustraciją ar skausmą – fizinį arba emocinį. Pyktis yra emocija, o **agresija** yra veiksmas, kuris gali būti nukreiptas į save arba kitus. Jūsų užduotis – parodyti vaikui supratimą ir empatiją (normalizuoti vaiko jausmus ir leisti jam pykti), bet kartu aiškiai parodyti, kad yra tinkamos ribos pykčiui išreikšti.



6.

VAIKO SU SPECIALIAISIAIS POREIKIAIS GLOBA ŠEIMOJE IR ĮVAIKINIMAS

6.1. VAIKAS, PATYRĘS FIZINĘ PRIEVARTĄ

Vaiko teisių apsaugos skyrių (tarnybų) pateiktais duomenimis, 2011 m. 1259 vaikai patyrė smurtą, o iš viso užfiksuoti 1347 smurto prieš vaikus atvejai. Lyginant su 2008 m., nukentėjusių vaikų skaičius per dvejus paskutiniuosius metus išaugo 16,75%. 2011 m. didžiausią dalį (51%) patirtų smurto atvejų sudarė fizinis smurtas. Fizinė prievarta – tai veiksmai, sukeliantys faktinę ar potencialią žalą vaiko sveikatai sąveikos ar jos nebuvimo su vaiku metu. V. Sruogos ir B. Jakubkaitės (2002) nuomone, fizine prievarta vadinama kiekviena bausmė, kai fizinė jėga yra naudojama siekiant sukelti skausmą ir diskomfortą: vaikų mušimas ranka, lazda, diržu ar kitais daiktais, spardymas, purtymas, mėtymas, draskymas, žnaibymas, tampymas už plaukų, vaikų pririšimas ir užrakinimas.

Fizinį smurtą patyrusiems vaikams net tuomet, kai užgyja fiziniai sužeidimai, lieka emocinės žaizdos. Fizinę prievartą patyrę vaikai neretai yra nukentėję ir nuo psichologinės prievartos. Šios dvi prievartos formos dažnai lydi vaiką vienu metu.

Fizinę prievartą patyrusiems vaikams gali būti būdinga:

- žemas savęs vertinimas;
- negebėjimas priklausyti nuo kitų, pasitikėti kitais žmonėmis;
- agresyvus ir destruktivus elgesys;
- pasyvus ir vengiantis elgesys;
- sunkumai mokykloje ir kt.

Tai nereiškia, kad visi fizinę prievartą patyrę vaikai patirs visus šiuos sunkumus. Vieniems vaikams pasireikš tik keli iš šių požymių, kitiems jie visai nepasireikš. Vaikai yra labai skirtingi ir labai sunku prognozuoti, kokias ilgalaikes ir trumpalaikes pasekmes turės patirta fizinė prievarta.

Dėl įvairių priežasčių vaikų, patyrusių fizinę, emocinę ar seksualinę prievartą, auklėjimo ir disciplinos poreikiai skiriasi nuo vaikų, kurie nėra patyrę smurto. Tai nereiškia, kad šiems vaikams nereikia nustatyti jokių ribų. Jiems kaip tik yra

labai svarbios aiškos ir nuoseklios elgesio ribos, tačiau taip pat svarbus ir žinojimas, kad suaugęs žmogus bet kokioje situacijoje yra pasiruošęs ir nori padėti. Tokia „mylinti“ kontrolė padeda vaikui išmokti, kad jis gali prasmingai koreguoti savo elgesį.

Kadangi šie vaikai dažniausiai patiria skausmą iš pačių artimiausių žmonių (t. y. savo tėvų), jiems gali būti sunku pasitikėti bet kuriais suaugusiais. Suaugęs žmonės jiems yra ne tik nuraminimo ir saugumo, bet ir grėsmės bei baimės šaltinis. Šie vaikai išmoksta būti nuolat budrūs – stebėti juos supančius žmones, jų elgseną, žodinę ir nežodinę kalbą. Bendraudami su prievartą patyrusiais vaikais stebėkite ne tik tai, **ką jūs sakote, bet ir kaip sakote**, nes tokie vaikai interpretuoja suaugusiųjų ketinimus stebėdami jų neverbalinę kalbą. Vaikai labai jautriai reaguoja, jei suaugusiųjų žodžiai neatitinka jų kūno kalbos – akių kontakto, veido išraiškos, bendros pozos. Šie vaikai taip pat siekia kontroliuoti situaciją. Jie tiki, kad tik jie patys gali apsaugoti save nuo įvairių pavojų. Jie gali netinkamai interpretuoti kai kuriuos jūsų geranoriškus ketinimus, pvz., jūsų norą apkabinti.

Šie vaikai jaučiasi esantys „blogi vaikai“. Smurtaujantieji prieš vaiką paprastai bando pateisinti savo poelgius sakydami, kad pats vaikas yra blogas ir nusipelnė fizinių bausmių. Palaipsniui ir patys vaikai pradeda tikėti, jog jie yra blogi vaikai. Ilgainiui kai kurie vaikai pradeda elgtis kaip „blogi vaikai“, pvz., destruktiviai reikšti savo emocijas, agresyviai elgtis su kitais žmonėmis. Tokie vaikai taip pat išmoksta, kad smurtas – tai stipresniojo jėga prieš silpnesnįjį. Vieni vaikai identifikuoja su smurtautojais ir demonstruoja perdėtą agresyvumą, kiti, atvirkščiai, pasižymi pasyvumu ir išmoktu bejėgiškumu. Jie nesiekia aktyviau spręsti savo sunkumų. Bendraudami su šiais vaikais, visada **atsirkirkite vaiko poelgius nuo jo paties asmenybės**. Vaikas gali elgtis netinkamai ir sulaukti tam tikrų pasekmių už savo poelgius, tačiau jis pats turi jaustis geras ir būti mylimas bei priimamas toks, koks yra. Taip pat neįsivėliokite **su vaiku į kovos ir jėgos žaidimus**. Paprastai tokiose situacijose vaikas naudoja arba puolimo, arba vengimo strategijas, t. y. tai, ką praeityje išmoko geriausiai.

Prievartą patyrę vaikai, pasiremdami savo praeities išgyvenimais, yra linkę vengti artumo bendraudami su kitais žmonėmis arba, atvirkščiai, toleruoti

netinkamą suaugusiųjų elgesį su jais (pvz., smurtą) ir mano, kad toks suaugusiųjų elgesys yra normalus. Kol pripras, jiems gali būti neįprasta, kad jų nekeliate prieš juos balso ir netaikote fizinių bausmių.

Turėkite omenyje, kad fizinės prievartos aukos taip pat gali turėti įvairių fizinių skundų, pvz., jie gali skųstis pilvo skausmais, miego sunkumais, valgymo problemomis (apetito nebuvimu arba perdėtu apetitu). Vaikai, vaikystėje patyrę skausmą, nuolatinį nerimą ir distresą, yra išmokę įsitraukti į įvairias išorines veiklas, kurios juos nuramina arba išblaško nuo skausmingų jausmų. Tai gali būti persivalgymas, ankstyvoji seksualinė patirtis, alkoholio ir narkotikų vartojimas, savęs žalojimas. Jūsų ir kartu su jumis bendradarbiaujančių specialistų užduotis – **išmokyti šiuos vaikus toleruoti nerimą, liūdesį, pyktį ir išreikšti juos tinkamais būdais**. Jiems gali būti ypač sunku toleruoti nerimą, todėl svarbu išmokyti jų įveikti pozityviais būdais, pvz., užsiimti sportu, menais, bendrauti.

6.2. VAIKAS, PATYRĘS SEKSUALINĘ PRIEVARTĄ

Nors apie vaikų seksualinę prievartą daugeliui žmonių vis dar nejauku kalbėti, sunku paneigti faktą, kad daugybė vaikų Lietuvoje ir visame pasaulyje yra nukentėję nuo seksualinio išnaudojimo ir prievartos. Teigiama, kad netinkamų seksualinių santykių aukomis paprastai tampa jaunesni nei dvylikos metų vaikai, tačiau ypač dažnai jomis tampa trejų septynerių metų vaikai. Šio amžiaus vaikai dar nesupranta, kas vyksta. Be to, juos yra lengviau įbauginti, „papirkti“ įvairiais skanėstais, liepti niekam nieko nepasakoti (duoti tylėjimo įžadus). Suaugusysis taip pat tikisi, kad maži vaikai nesugebės žodžiais apibūdinti to, kas jiems daroma. Maži vaikai linkę fantazuoti, kurti istorijas, jiems neretai sunku atskirti realybę nuo fantazijos, todėl suaugusieji dažnai nepriima šio amžiaus vaikų istorijų kaip grynų tiesos.

Vaikų ir paauglių seksualinė prievarta – tai tokie suaugusiųjų su vaiku veiksmai, kuriais siekiama suaugusiojo seksualinio pasitenkinimo prieš vaiko

norus tokiomis sąlygomis, kai vaikas negalėjo suprasti suaugusiojo veiksmų dėl savo amžiaus, negalėjo pasipriešinti jiems arba apsiginti dėl nelygių dvasinių ir fizinių jėgų.

Seksualinės prievartos aukos patiria daug ambivalentiškų jausmų, susijusių su prievartos patyrimu: *kaltę, pyktį, liūdesį, nerimą*. Nerimas neretai pasireiškia padidėjusiu baimingumu, somatiniais skundais, miego sutrikimais. Vaikas taip pat jaučia ir *bejėgiškumo jausmą*, kuris yra susijęs su negalėjimu atsisipirti ar sustabdyti seksualinį smurtą.

Seksualinės prievartos pasekmių rimtumas priklauso nuo įvairių veiksnių: vaiko amžiaus, brandos, asmenybės ypatumų, smurtautojo (tai yra pažįstamas žmogus ar ne), smurto trukmės, dažnumo, smurtinių veiksmų rimtumo, artimųjų paramos ir palaikymo. Kai kuriems vaikams, patyrusiems seksualinę prievartą, nepasireiškia neigiamų pasekmių (dažnai tokie vaikai vadinami atspariais vaikais).

Tyrimai rodo, kad smurtą dažniau patiria jaunesnio amžiaus ir žemesnių intelektinių gebėjimų vaikai. Patirtos prievartos pasekmės vaikui bus skaudesnės, jei prievartos metu vaikas patyrė skausmą ir traumą. Pasekmės taip pat bus rimtesnės, jei smurtą vaikas patyrė nuo jam artimo žmogaus. Vaikui taip pat labai svarbu, kiek jis sulaukia palaikymo iš kitų šeimos narių. Jei jie pradeda vaiką kaltinti ir gina smurtautoją, vaikui ši situacija yra ypač sunki.

Vaikai, priklausomai nuo amžiaus, skirtingai reaguoja į seksualinį smurtą. *Mažiems vaikams iki trejų metų* gali atsirasti stiprios baimės, miego sutrikimai, apetito praradimas, agresija, svetimų žmonių baimė, seksualinio pobūdžio žaidimai.

Ikimokyklinukams mažiau išreikšti psichosomatiniai simptomai, tačiau labai išryškėja nerimas, baimingumas, jausmų sąmyšis, kaltės, gėdos, pasišlykštėjimo, bejėgiškumo jausmas, jausmas, tarsi esi „sugadintas, suteptas“. Jų elgesyje taip pat gali išryškėti agresija, seksualiniai žaidimai, masturbacija.

Jaunesnio mokyklinio amžiaus vaikams būdingi ambivalentiški jausmai suaugusiųjų atžvilgiu: baimė, gėdos, pasišlykštėjimo jausmas, nepasitikėjimas kitais žmonėmis. Elgesyje išryškėja socialinis atskyrimas, agresija, nekalbumas arba,

atvirkščiai, perdėtas kalbumas, miego, apetito sutrikimai, seksualiniai veiksmai su kitais vaikais.

9–13 metų vaikų elgesyje būdingi tie patys ypatumai kaip ir jaunesnio mokyklinio amžiaus vaikams: stebima izoliacija, kitų vaikų manipuliacija siekiant seksualinio pasitenkinimo, prieštaringas elgesys.

13–18 metų paaugliai gali bandyti žudyti, bėgti iš namų. Jiems gali būti būdinga agresija, kūno ir emocinio intymumo vengimas, elgesio nenuoseklumas ir prieštaringumas. Vyresnius vaikus dažnai labiausiai traumuoja ne pati seksualinė prievarta, o tai, kad jie buvo atstumti savo artimųjų, pvz., motinos.

Seksualinės prievartos aukos dažnai *praranda pasitikėjimą kitais žmonėmis*, nes juos nuvylė ir išdavė, išnaudojo patys artimiausi jiems žmonės. Kadangį vaikams sunku pasitikėti kitais, jų bendravimo ratas labai susiaurėja, jie tampa labai uždari. Tokie vaikai vengia bet kokio intymumo su kitais žmonėmis, taip pat ir psichologinio.

Daliai vaikų taip pat pasireiškia labai stiprios *baimės reakcijos į seksualinius stimulus*, t. y. į tokias situacijas, objektus, žmones, kurie primena išgyventą seksualinį smurtą. Vaikas gali bijoti nusirengti, tam tikrų kontaktų su kitais žmonėmis (pvz., pasibučiuoti, apsikabinti). Jeigu smurtautojas buvo vyras, jis gali bijoti visų vyrų.

Seksualinės prievartos aukoms taip pat būdinga *žema savivertė*. Jie išgyvena nuolatinius gėdos ir kaltės jausmus. Vaikai, patyrę seksualinę prievartą, dažnai kenčia nuo depresijos – jiems sunku išgyventi džiaugsmą, pasitenkinimą ir kt.

Turėkite omenyje, kad vaikai labai sunkiai pasakoja apie patirtą prievartą net tiems žmonėms, su kuriais yra užmezgę gerus, pasitikėjimu grįstus santykius. Apie seksualinę prievartą yra sunkiau papasakoti nei apie fizinę ar emocinę prievartą, nes seksualinės prievartos faktą dažnai gaubia kaltės, gėdos ir baimės jausmai. Vaikui atrodo, kad papasakodamas apie prievartą jis taip pat išduos savo artimiausius žmones – tėvą, brolių ar motiną. Jei vaikas nori su jumis kalbėti apie patirtą seksualinę prievartą, svarbu jo neskubinti – **leisti kalbėti tiek, kiek jis pats nori ir kiek yra pasirengęs atsiverti**.

Seksualinę prievartą patyręs vaikas gali turėti teigiamų ir neigiamų jausmų smurtautojo atžvilgiu. Vaikai dažnai yra sutrikę dėl tokių ambivalentiškų jausmų, todėl **svarbu** juos **nuraminti**, kad tokie jausmai yra normali ir suprantama reakcija į prievartos situaciją.

Dažnai vaikų, patyrusių seksualinę prievartą, *elgesys* tampa perdėtai *seksualizuotas* – jie gali nešvankiai kalbėti seksualinėmis temomis, seksualiai priekabauti prie vaikų ir suaugusiųjų. Seksualinės prievartos faktas sutrikdo šių vaikų supratimą, koks seksualinis elgesys yra tinkamas ir koks netinkamas esant tam tikro amžiaus. Vaikui kartais yra nelengva atskirti seksualinius prisilietimus nuo gerų, meilę ir prierašumą išreiškiančių prisilietimų. Jūsų užduotis – **padėti vaikui suprasti skirtumą tarp priimtino ir nepriimtino seksualinio elgesio**.

Seksualinę prievartą patyręs vaikas gali pradėti seksualizuotai elgtis ir su jumis ar jūsų išplėstinės šeimos nariais. Jis gali klausti suaugusiųjų apie jų seksualinius įpročius, gali nusirengti jų akivaizdoje, viešai masturbotis, glostyti suaugusįjį. Vaikai taip elgiasi, nes išmoko, kad toks elgesys yra tinkamas. Kiti vaikai taip elgiasi norėdami palyginti naujų globėjų ar tėvių reakcijas su smurtautojų reakcijomis ir taip patikrinti, ar jiems yra pakankamai saugu gyventi šiuose namuose.

Kaip reaguoti į atvirą seksualizuotą vaiko elgesį?

- 1) Visų pirma, nustatykite labai aiškias ribas, koks elgesys jūsų šeimoje yra priimtinas. Būkite nuoseklūs ir prognozuojami laikydamiesi šių ribų. Atviras seksualinis elgesys – dažniausiai yra netinkamas vaiko noras užmegzti ir palaikyti ryšį su suaugusiais. Paaiškinkite tai vaikui ir parodykite tinkamus būdus, kaip jis galėtų palaikyti su jumis ryšį ir bendrauti.
- 2) Paaiškinkite vaikui, kad jo netinkamas fizinis kontaktas verčia jus jaustis nepatogiai ir jūs daugiau nenorite dalyvauti tokioje veikloje. Tokiu būdu jūs taip pat mokote vaiką savisaugos įgūdžių.

Vaikas gali elgtis seksualizuotai ir mokykloje, pvz., seksualiai priekabauti prie savo bendraklasių. Visada pravartu yra pasikalbėti su vaiko klasės auklėtoja ir paaiškinti, kodėl jis taip elgiasi, bei aptarti, kaip reaguoti į tokį elgesį ir kaip vaikui būtų galima padėti.

Seksualiai išnaudoto vaiko elgesys gali skirtis priklausomai nuo to, su kuo jis bendrauja – su moterimis ar vyrais. Seksualinę prievartą patyrusios mergaitės gali vengti tėčių arba, atvirkščiai, seksualiai provokuoti juos (gundyti), konkuruoti su motinomis dėl tėčio dėmesio. Vaikas gali būti „angelas“ su vienu iš tėvių (globėjų) poros ir „velnias“ – su kitu. Vaikas gali stengtis suskaldyti motinos ir tėvo aljansą. Geriausia jūsų elgesio strategija tokioje situacijoje būtų – **iš anksto susitarti su sutuoktiniu/partneriu (sutuoktine/partnere) ir apie tai informuoti vaiką, paaiškinti jam, kad visus sprendimus jūs priimate kartu.** Jūs pasitariate kartu ir tada sprendimą pranešate vaikui. Jei vaikui pasako „ne“ vienas iš tėvų poros, „ne“ turi pasakyti ir kitas.

Seksualinės prievartos patyrimas yra susijęs su didžiu gėdos jausmu. Vaikas gali gėdytis to, kas jam buvo nutikę, ir baimintis, kad, jei jūs sužinosite jo „paslaptį“, nenorėsite auginti tokio „sutepto“ vaiko. Jei žinote, kad vaikas praeityje yra patyręs seksualinę prievartą, neslėpkite to nuo vaiko. Vaikui svarbu žinoti, kad jūs žinote apie jo praeitį ir, nepaisant to, jį mylite ir norite, jog jis būtų jūsų šeimos narys. **Vaikui svarbu jaustis mylimam ir vertingam nepriklausomai nuo to, kokius skausmingus dalykus jis yra patyręs praeityje.**

6.3. PROTO AR FIZINĘ NEGALIĄ TURINTIS VAIKAS

Negaliomis laikomi ramos, sensorinių, fizinių funkcijų ir kiti įgimti ar įgyti sveikatos sutrikimai, kurie trukdo pažinti, tyrinėti aplinką, siekti akademinių žinių, paveikia socialinę, emocinę ir asmenybės raidą. Prie negalių yra priskiriami intelekto, regos, klausos, judesių sutrikimai, vaikystės autizmas ir kt. Nepaisant to, kad šiems vaikams yra reikalinga intensyvesnė suaugusiųjų priežiūra, būtinos socialinės ir medicininės paslaugos, daug tėvių ir globėjų, kurie augina vaikus, turinčius negalią, dalijasi labai teigiamu patyrimu. Šie vaikai neretai yra pajėgūs įsitraukti į artimą emocinį ryšį ir atsilyginti už jiems skiriamą dėmesį, meilę, šilumą, prisirišti prie jais besirūpinančių suaugusiųjų.

Jei į jūsų šeimą ateina vaikas, turintis fizinę ar proto negalią, gaukite kuo daugiau informacijos apie jo sveikatos būklę, fizinius, emocinius ir mokymosi poreikius, galias ir sunkumus. Jei vaikas turi tam tikrą sutrikimą, pvz., autizmą arba cerebrinį paralyžių, pasistenkite gauti kuo daugiau informacijos apie šį sutrikimą. Jums svarbu žinoti, ar nereikės pritaikyti namų aplinkos vaiko poreikiams (pvz., jei vaikas turi judėjimo negalią), kokius medikamentus turi vartoti, kokie yra jo miego ir valgymo įpročiai.

Jei vaikas turi proto negalią, svarbu žinoti, kad protinis atsilikimas yra skirtingo lygio ir nuo šio lygio priklauso, kiek informacijos gali suvokti ir kaip gali į ją reaguoti, kiek jis gali dalyvauti kasdienėje veikloje. Diagnostinėje sistemoje skiriami keturi pagrindiniai intelekto lygiai – lengvas, vidutinis, sunkus ir labai sunkus protinis atsilikimas.

Lengvą protinį atsilikimą nurodo IQ intervalas nuo 50 iki 69. Vaikų su lengvu protiniu atsilikimu kalbos raida sulėtėjusi, bet dauguma jų sugeba naudotis kalba kasdienėje veikloje, dalyvauti pokalbiuose. Šie vaikai paprastai įgyja visus reikalingus savarankiškumo įgūdžius, o pagrindiniai sunkumai pasireiškia įsivainant akademinius įgūdžius. Dauguma šių vaikų turi skaitymo ir rašymo problemų.

Vidutinio protinio atsilikimo vaikų IQ būna nuo 35 iki 49. Jų kalbos supratimas ir vartojimas vystosi lėtai, savarankiškumo ir motorikos įgūdžių formavimasis taip pat atsilieka. Mokymosi galimybės yra labai ribotos, tačiau dalis vaikų su vidutiniu protiniu atsilikimu išmoka pagrindinių įgūdžių, reikalingų rašyti, skaityti ir skaičiuoti. Atskiri gebėjimai būna išsivystę labai nevienodai: kai kurie asmenys turi sąlyginai gerų vizualinių ir erdvinių gebėjimų, bet jiems sunkiau sekasi atlikti užduotis, reikalaujančias kalbinių įgūdžių; kiti yra labai nevikrūs, bet mėgsta bendrauti ir gali sėkmingai palaikyti nesudėtingus pokalbius. Kai kurie protiškai atsilikę vaikai gali dalyvauti nesudėtinguose pokalbiuose, o kitų kalbos išsivystymas leidžia išreikšti tik pagrindinius poreikius.

Sunkaus protinio atsilikimo IQ paprastai yra nuo 20 iki 34, o *labai sunkaus protinio atsilikimo* – žemiau 20. Tai reiškia, kad šie vaikai turi smarkiai apribotų gebėjimų suprasti ar vykdyti prašymus bei nurodymus. Jie beveik arba visiškai ne-

gali pasirūpinti savo pagrindinių poreikių tenkinimu, todėl reikalauja nuolatinės priežiūros ir pagalbos. Supratimas ir kalbos vartojimas yra riboti, tačiau neretai vaikas gali suprasti pagrindines komandas ir išreikšti nesudėtingus prašymus.

Norėdami kuo efektyviau padėti tokiems vaikams, **artimai bendradarbiaukite su sveikatos priežiūros specialistais**, sekite jų rekomendacijas ir nurodymus, **bendraukite su tėvais, auginančiais panašių specialiųjų poreikių turinčius vaikus**.

Labai svarbu suprasti, jog **negalią turintis vaikas turi panašius poreikius kaip ir kiti vaikai**, t. y. jiems reikalingi mylintys ir jų poreikius suprantantys suaugusieji, saugi ir prognozuojama aplinka ir dienos struktūra, nuosekli ir pozityvi disciplina.

Bendraudami su negalią turinčiu vaiku **atsižvelkite ir prisitaikykite prie jo sensorinių galimybių** – tai yra kuriuo sensoriniu kanalu vaikas geriausiai suvokia informaciją. Pvz., jei vaikas turi kalbos problemų, galima veiksmingai bendrauti su juo piešimo ar žaidimo forma. Jei vaikas dėl sensorinių pažeidimų negali suvokti vaizdinės medžiagos, su juo galima kalbėtis, naudotis girdimąja informacija.

Bendraudami ir auklėdami proto negalią turintį vaiką **atsižvelkite į realų jo brandos lygį**. Pvz., dešimties metų vaikas pagal savo pažintinį išsivystymą gali atitikti penkerių metų vaiko lygį. Tuomet kalbėtis su juo reikėtų labai paprastais, jam suprantamais, konkrečiais žodžiais ir taikyti tas pačias disciplinos priemones, kokias taikytumėte penkerių metų vaikui.

Nepaisant to, kad vaikas turi elgesio, emocijų sutrikimų ar proto negalią, jis gali turėti savo interesus, domėjimosi sritis. **Kiekvienas vaikas turi savo stiprias puses, kurias būtina pastiprinti ir puoselėti**. Vaikas gali mėgti piešti, dainuoti, groti muzikiniu instrumentu, užsiimti rankdarbiais, sportuoti. Jam taip pat svarbu patirti kuo daugiau pozityvių bendravimo patyrimų, kad jis pasijaustų jūsų namuose saugus ir mylimas.

Vaikas su negalia turi savo gyvenimo istoriją ir jausmus, susijusius su šia istorija. Daugelis suaugusiųjų vengia kalbėti su vaikais apie jų istoriją iki patekimo į tėvų ar globėjų šeimą, priežastis, dėl kurių jie neteko biologinių tėvų globos, bijodami sukelti vaikams neigiamų išgyvenimų arba nesitikėdami, kad vaikai

juos supras. Tačiau ir neįgalūs vaikai gali išgyventi daug neigiamų išgyvenimų: jie gali liūdėti, gedėti, pykti, jausti kaltę ar gėdą. **Šiems vaikams taip pat reikalinga galimybė išsikalbėti**. Proto ar fizinę negalią turintys vaikai neretai labai gyvai ir emocionaliai reaguoja į įvairius įvykius. Jie gali žymiai daugiau pasakyti savo kūno kalba, nei išreikšti mintis ir jausmus žodžiais.

6.4. HIPERAKTYVUS VAIKAS ARBA DĖMESIO TRŪKUMO IR HIPERAKTYVUMO SUTRIKIMAS

Impulsyvus, nenustygstantis vietoje, nekantrus vaikas gali tapti tikru iššūkiu jį auginantiesiems suaugusiesiems. Apie tokius vaikus sakoma, jog jie yra hiperaktyvūs. Paprastai hiperaktyvaus vaiko paveikslą sudaro trys pagrindiniai komponentai: nedėmesingumas, impulsyvumas ir hiperaktyvumas. *Nedėmesingumas* gali pasireikšti tuo, kad vaikas dažnai daro įvairias nerūpestingas klaidas, pameta daiktus, jam sunku išlaikyti dėmesį, baigti pradėtą darbą. *Impulsyvus* vaikas dažnai įsiterpia, trukdo, nuolat įkyri kitiems, sunkiai sulaukia savo eilės žaisdamas arba atsako į klausimą net neišklausęs jo iki pabaigos. *Hiperaktyvumo* simptomai išryškėja tuomet, kai vaikai nuolat juda ir negali nusėdėti vienoje vietoje, yra labai neramūs, perdėtai šnekūs. Dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sutrikimas nėra tokia reta diagnozė vaikystėje: ji būdinga maždaug 5 proc. mokyklinio amžiaus vaikų. Šis sutrikimas dažniau diagnozuojamas berniukams nei mergaitėms.

Iki 3–4 gyvenimo metų yra sunku nustatyti, ar vaikas yra hiperaktyvus, ar ne, kadangi judrumas, didelis energijos lygis, nepaklusnumas gali būti ir visiškai sveiko ir normaliai besivystančio vaiko savybės. Tačiau jau maždaug trečiaisiais gyvenimo metais pradeda ryškėti, ar vaiko judrumas ir impulsyvumas atitinka amžiaus normą, ar ne. Ypač ryškiai šie vaikai pradeda skirtis nuo savo bendraamžių vidurinėje mokykloje. Kai vaikas pradeda lankyti mokyklą, tampa akivaizdus dar vienas hiperaktyvaus elgesio simptomas – nedėmesingumas. Šiems vaikams sunkiau atlikti įvairias užduotis, jie yra lengvai išblaškomi.

Šiuo metu manoma, kad hiperaktyvumo sutrikimas – tai pirmiausia *neurobiologinis sutrikimas*, kurį lemia *biologiniai ir genetiniai faktoriai*. Aplinka vaidina mažesnį vaidmenį šio sutrikimo vystymuisi, tačiau nuo jos gali priklausyti šio sutrikimo rimtumas. Tyrimai rodo, kad prenataliniai veiksniai, tokie kaip alkoholio vartojimas arba rūkymas nėštumo metu, didina tikimybę, kad vaikas gali turėti dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo simptomų. Vaikams, turintiems polinkį į šį sutrikimą, simptomai gali atsirasti ir po stresinių ar trauminių įvykių.

Veiksmingiausias hiperaktyvaus elgesio sutrikimo gydymas – *medikamentinės ir psichologinės terapijos derinys*. Negydomas sutrikimas gali sukelti neigiamų pasekmių vaiko smegenų vystymuisi ir funkcionavimui. Vaikai, negalintys sukaupti dėmesio ir mokytis, turi didesnę pažintinės raidos sutrikimo riziką. Tokie vaikai ateityje gali turėti ir kitų psichologinių ir socialinių problemų, pvz., piktnaudžiavimas psichoaktyviomis medžiagomis, kriminalinis elgesys ir kita.

Hiperaktyvaus elgesio sutrikimą turintiems vaikams reikalinga **nuosekli, struktūruota aplinka, kuri leistų išmokti savikontrolės įgūdžius**. Auginti tokį vaiką gali būti labai nelengva. Pirmiausia pripažinkite sau, kad tai yra sutrikimas, o ne paprastas vaiko nepaklusnumas ar tinginystė. Tai padės jums suformuoti adekvatus lūkesčius šio vaiko atžvilgiu.

Laikykitės ribų, siekite pastovumo ir nuoseklumo. Elgesio taisyklės turi būti pastovios ir jų turi būti laikomasi nuolat. Pakeisti elgesį neužtenka savaitės ar dviejų. Kartais turi praeiti gana ilgas laiko tarpas, kol vaiko elgesys pamažu pradės keistis. Be to, labai dažnai, kai suaugę globėjai pradeda aktyviau koreguoti vaiko elgesį, susiduriama su stipriu vaiko pasipriešinimu. Tuomet atrodo, kad vaikas elgiasi dar blogiau, negu elgėsi prieš tai. Tačiau šis efektas yra laikinas. Jei tik suaugusieji sugeba atsilaikyti prieš šiuos vaiko išpuolius ir pyktį, laikui bėgant galima pasiekti tikrai gerų rezultatų.

Visi su vaiku bendraujantys suaugusieji turi stengtis **laikytis tų pačių reikalavimų**. Į hiperaktyvių vaikų elgesį reikėtų **žymiai dažniau reaguoti**, nei paprastai yra reaguojama į vaikus. Kalbėkite su šiais vaikais ramiai, lėtai ir paprastais trum-

pais sakiniiais. Vienu metu duokite tik vieną nurodymą. Esant poreikiui, pakartokite jį kelis kartus.

Išvados apie vaiko elgesį turėtų būti žymiai ryškesnės, reikšmingesnės. Hiperaktyvių vaikų atveju dažnai neužtenka vien tik pagyrimo ar komentaro. Veiksmingos yra įvairios žetonų sistemos, kuomet vaikas už tinkamą elgesį gauna ženklus ar taškus, kuriuos vėliau gali iškeisti į tam tikrą daiktą ar veiklą. Paskatiniiais gali būti ir vaiko apkabinimas, jo mėgstami žaislai, kolekcionuojami daiktai.

Kadangi hiperaktyviam vaikui dėl jo biologinių ypatumų yra sunkiau išlaikyti dėmesį ilgesnį laiką, **svarbu struktūruoti jo veiklą ir daryti reguliarias pertraukas** (pvz., kas 15 min.), per kurias vaikas galėtų pajudėti ir užsiimti jam patinkančia veikla.

Taip pat labai svarbus **bendradarbiavimas su vaiko mokykla ir psichikos sveikatos specialistais**. Nepamirškite pasirūpinti ir savo poreikiais: reguliariai ilsėkitės, išmokite relaksacijos pratimų, nebijokite prašyti draugų ar giminių pagalbos.

6.5. VAIKAS, TURINTIS ELGESIO PROBLEMŲ

Daug vaikų turi vienokių ar kitokių elgesio problemų. Elgesio problemos – tai elgesys, kuriam būdinga nepaklusnumas, agresyvumas, melavimas, vogimas, visuomenės ir šeimos taisyklių nesilaikymas. Elgesio problemos dažnai varijuoja nuo paprasto nepaklusimo šeimos ir mokyklos taisyklėms iki fizinės agresijos ir kriminalinės veiklos.

Daugelis vaikų elgesio problemų – netinkamos emocijų išraiškos atspindys. Kitos elgesio problemos gali būti sąlygotos raidos sutrikimų, pvz., penkerių metų vaikas elgiasi kaip dvejų (labai intensyvi neigatyvizmo išraiška, silpna impulsų kontrolė). Kai kurios elgesio problemos atsiranda dėl to, kad vaikai neteisingai suvokia tėvų ir vaikų santykius (ypač tuomet, kai vaikas augo šeimoje, kur tęsdavosi ilgalaikis smurtas). Kartais elgesio problemos atsiranda dėl susiformavusių netinkamų įgūdžių. Kai kuriems vaikams elgesio problemos pasireiškia kaip rimto psichikos sutrikimo simptomai.

Vaikams, kurie patyrė įvairias traumas, gali būti sunku suprasti, ką jie jaučia, ir apibūdinti tai žodžiais. Kai vaikai susiduria su gąsdinančia ir stresine situacija, jie gali būti apimti šių stiprių jausmų ir išreikšti juos netinkamu elgesiu.

Vaikas gali būti *agresyvus* fiziškai arba verbaliai. Gali atrodyti, jog savo agresija vaikas stengiasi jus atstumti, bet iš tikrųjų tokioje situacijoje jam jūsų labiausiai reikia. Pati išmintingiausia reagavimo į vaiko agresiją strategija yra **išlikti ramiam**. Matydamas jūsų ramybę, palaipsniui nurims ir vaikas. Kai vaikas elgiasi agresyviai, nesistengiate jam ką nors paaiškinti, moralizuoti arba sugėdinti. Žmonės, apimti stiprių emocijų, negali efektyviai apdoroti informacijos. Grįžkite prie pokalbio vėliau, kaip vaikas jau bus nurimęs.

Vaikas gali būti labai *gynybiškas ir priešiškas*. Tai gali kelti jums pyktį. Nere-tai vaiko gynybiškumas parodo jo baimingumą. Vaikai labai bijo netekti kontrolės. Pastatydamas sieną tarp savęs ir jūsų jis tarsi įgyja daugiau kontrolės. Už vaiko gy-nybiškumo gali slypėti ir jo baimė patirti atstūmimą ir skausmą. Vaikas tuo pačiu metu gali ir siekti jūsų meilės, ir jai priešintis, atstumti jus. Vaikų gynybiškumas dažnai sustiprėja tam tikru laiku, pvz., kai vaikui reikia eiti į mokyklą, miegoti arba praustis. Šios situacijos gali kelti vaikui papildomos įtampos. Tokiose situacijose pripažinkite vaiko jausmus (pvz.: „Suprantu, kad tu nenori eiti į mokyklą ir pyksti dėl to“), tačiau tvirtai laikykitės to, ko prašote. Stenkitės vaiko negąsdinti ir nedi-dinti reikalavimų. Geriau leiskite jam padaryti tam tikrą pasirinkimą, pvz.: „Dabar turėsi išsivalyti dantis. Kur nori valytis: vonioje ar savo kambaryje?“

Kartais vaikas *meluoja* net tuomet, kai yra „pagautas“. Tuomet yra sunku suprasti, kodėl jis taip elgiasi. Dažnai vaikas meluoja, nes kažko bijo. Jis gali bijo-ti bausmės, atstūmimo, nusivylimo juo. Kai pagaunate vaiką meluojant, venkite iš karto pradėti moralizuoti ir kritikuoti jo elgesį. Pirmiausia užtikrinkite, kad jį mylite, nepaisant to, kaip jis pasielgė, ir norite jį suprasti. Kai kurių vaikų melo priežastys slypi dar ankstyvoje vaikystėje. Nepriežiūrą patyrę kūdikiai turėjo nuo-lat neigti savo poreikius (pvz., vaikas yra alkanas, bet jo niekas nepamaitina, jis šlapias, bet niekas nepakeičia jam sauskelnių) ir „meluoti“ sau: „Aš nealkanas, aš nešlapias. Aš nesu vertas rūpesčio ir meilės“.

Bendraudami su elgesio problemų turinčiais vaikais laikykitės dviejų pa-grindinių taisyklių:

- 1) Padėkite vaikui atpažinti savo jausmus ir juos įvardyti;
- 2) Pasiūlykite vaikui konstruktyvių būdų tvarkytis su šiais jausmais.

Jums gali būti nelengva auginti elgesio problemų turintį vaiką, galbūt bus sunku pajusti tikrą tėvystės pasitenkinimą. Tokioje situacijoje nelikite vieni – kreipkitės pagalbos į specialistus ir kartu ieškokite pagalbos vaikui būdų. Visada prisiminkite, kad neturėdamas jūsų vaikas kentėtų dar labiau. Net jeigu jūs šiuo metu nematote jūsų įdėtų pastangų ir darbo rezultatų, bėgant laikui net labai probleminis vaiko elgesys gali pasikeisti.

6.6. VAIKAS, TURINTIS EMOCINIŲ PROBLEMŲ

Labai daug vaikų, netekusių tėvų globos, patiria įvairių emocinių sunkumų. Psichologinės traumos, kurias patiria šie vaikai, turi didžiulį poveikį jų mintims, jausmams ir elgesiui. Atvykęs į jūsų šeimą vaikas gali jaustis liūdnas, nerimas-tingas, sutrikęs, irzlus, piktas dėl daugelio dalykų. Jis gali išgyventi gedulą dėl jam svarbių ryšių nutrūkimo. Jam gali būti nesaugu ir baugu, nes jis niekada nėra patyręs pozityvių ryšių, todėl nauji santykiai jį gali labai gąsdinti. Vaikui adaptuojantis jūsų šeimoje, šie sunkumai paprastai palaipsniui slūgsta. Tačiau nebūtinai. Gali būti ir taip, kad pereinant į naują raidos etapą (pvz., paauglystę) arba susidūrus su tam tikrais stresiniais įvykiais, vėl sustiprės vaiko depresišku-mas ir nerimastingumas. Šioje dalyje mes norėtume plačiau aptarti šiuos vaiko emocinius sunkumus.

Vaikų depresija

Depresijos simptomai vaikystėje labai skiriasi. Vaiko liūdesys ir nuotaikų svyravimai dar nebūtinai reiškia, kad vaikas serga depresija. Tai gali būti vaiko reakcija į tam tikrus situacinius arba raidos pokyčius. Bet paprastai tokie išgyve-

nimai būna trumpalaikiai ir negilūs. Tuo tarpu depresija nuo paprasto liūdesio skiriasi tuo, jog trunka ilgiau (paprastai ilgiau nei dvi savaites), labiau paveikia įvairias vaiko gyvenimo sritis, jo sugebėjimą prisitaikyti. Depresija – tai sutrikimas, kurį diagnozuoja ir gydo specialistai, tačiau jums svarbu pastebėti tam tikrus vaiko elgesio ir nuotaikos pokyčius ir laiku kreiptis pagalbos.

Vaikų ir paauglių depresijos požymiai ir ženklai:

- Susierzinimas arba pyktis.
- Nuolatinis liūdesys ir bejėgiškumo jausmas.
- Socialinis atsiribojimas.
- Miego ir valgymo įpročių pokyčiai (pvz., vaikas netenka apetito arba pradeda prastai miegoti).
- Dėmesio koncentracijos sunkumai.
- Nuovargis ir energijos stoka.
- Fiziniai negalavimai (pvz., pilvo, galvos skausmai) be aiškos medicininės priežasties.
- Sumažėjusios vaiko galimybės dalyvauti įvairiose mokyklos ir šeimos veiklose, domėjimosi tais dalykais, kurie anksčiau domino, praradimas.
- Kaltės, nereikalingumo jausmas, mintys apie savižudybę.

Svarbu prisiminti, jog ne visi vaikai turės visus šiuos požymius. Dauguma vaikų demonstruoja labai skirtingus požymius labai skirtingose veiklose. Kai kurie sugeba vis dar neblogai funkcionuoti struktūruotoje aplinkoje (pvz., mokykloje), kiti praranda bet kokią domėjimąsi mokykla, draugais, namais ir savo išvaizda. Depresija gali sirgti ir mažas vaikas, kuriam dar nėra penkerių metų. Jam gali būti būdingas agresyvumas, „prilipimas“ prie suaugusiojo, atsiskyrimo nerimas, įvairios baimės, fiziniai simptomai. Nors savižudybės yra retos tarp jaunesnių nei 12 m. vaikų, maži vaikai taip pat gali nusižudyti – ypač kai jie yra nusiminę arba pikti. Visada rimtai reaguokite, kai vaikas užsimena apie norą arba ketinimus numirti: paskatinkite vaiką daugiau apie tai pasikalbėti, išklausykite, priimkite jo išgyvenamus jausmus.

Kaip galite padėti depresijai sergančiam vaikui?

- **Gerbkite vaiko jausmus.** Yra labai sunku matyti kenčiantį vaiką. Tačiau nesistenkite vaiko dirbtinai pralinksminėti. Depresija nepriklauso nuo vaiko valios. Yra naudingiau tiesiog klausytis vaiko. Jei vaikas nenori kalbėtis, neverskite.
- **Padėkite vaikui sukurti „jausmų žodyną“.** Daugeliui žmonių sunku surasti tinkamą žodį savo jausmams apibūdinti. Padėkite vaikui įvardyti savo jausmą – taip duosite jam įrankį, paskatinantį kalbėtis apie savo išgyvenimus. Su mažais vaikais galite naudoti paveikslėlius arba veidukus su įvairiomis emocijomis.
- **Padėkite vaikui įsitraukti į įvairias veiklas.** Pasiūlykite kartu užsiimti ta veikla, kuri jam patinka, pvz., kartu nueikite į baseiną arba filmą, pažaiskite stalo žaidimą. Tačiau nespauskite vaiko, negąsdinkite ir nekritikuokite, jei jis nieko nenori daryti. Jei vaikas nesijaučia galintis ir norintis dalyvauti, gerbkite šį jo norą.
- **Padėkite vaikui suformuoti gerus miegojimo įpročius.** Dažnai vaikai, sergantys depresija, labai prastai miega. Vėliau jie jaučiasi pavargę ir išsekę. Padėkite vaikui laikytis nuoseklaus miego režimo, tam tikrų ritualų prieš miegą, pasivaikščiokite kartu prieš miegą.
- **Supraskite, kad depresija yra liga.** Kreipkitės į specialistus ir bendradarbiaukite su jais. Galite kreiptis į šeimos gydytoją, vaikų ir paauglių psichiatrą ar psichologą. Specialistas įvertins jūsų vaiko būklę ir skirs reikalingą terapiją (dažniausiai tai yra psichoterapija, bet jei yra rimtesnė būklė, skiriamas ir medikamentinis gydymas). Supraskite, jog vaiko agresija arba nuotaikų kaita – nėra jo noras jus nubausti arba priversti jus blogai jaustis. Nebauskite vaiko už tai, kad jis elgiasi agresyviai arba jus įžeidinėja. Taikykite ne bausmes, o tam tikras pasekmes už vaiko elgesį, pvz., jei vaikas pykčio priepuolio metu sudaužė lempą, kartu su vaiku ją sukljuokite.

Nerimas

Visi vaikai vienos ar kitose situacijose nerimauja. Yra normalu bijoti tam tikrų dalykų arba dėl ko nors jaudintis. Prieš pirmąjį susitikimą su vaiku nerimavo te tikriausiai ir jūs, ir jis. Yra normalu, kad vaikas gali bijoti nepažįstamų žmonių, tamsos, gamtos stichijų, stiprių garsų. Mažas vaikas gali nerimauti, kai išsiskiria su jam artimu žmogumi. Vaikui gali būti neramu, kai jis pereina į naują mokyklą. Paprastai toks nerimas gali būti nesunkiai įveikiamas (pvz., vaiką galima nuraminti, paguosti) arba yra trumpalaikis, greitai praeinantis. Tačiau kartais vaiko nerimas yra labai stiprus ir nėra lengvai valdomas ar koreguojamas.

Vaikui gali būti būdingas **išsiskyrimo nerimas** – tai ypač stipri baimė išsiskirti su suaugusiuoju, prie kurio vaikas yra prisirišęs. Toks vaikas gali atsisakyti eiti į darželį arba mokyklą, demonstruoti stiprius pykčio proveržius išsiskirdamas. Jį gali gąsdinti išsiskyrimas net ir labai trumpam. Dažnai tokie vaikai turi ir įvairių fizinių simptomų be aiškių medicininių priežasčių, pvz., atsisako miegoti vieni.

Kartais vaikams būdingas vadinamasis **generalizuotas nerimas** – perdėtas ir nerealistinis nerimas dėl kasdienių dalykų. Tokie vaikai nuolat jaučia, kad atsitiks kas nors bloga (pvz., svarbus suaugusysis žus avarijoje ir pan.). Vaikas patiria nuolatinį stresą ir įtampą, bet jam yra labai sunku tai valdyti.

Vaikams gali išsivystyti **fobijos** – iracionalios ir labai stiprios tam tikrų dalykų arba situacijų baimės. Šis nerimas verčia vaikus vengti konkretaus objekto, veiklos, situacijos. Kai kuriems vaikams pasireiškia **socialinė fobija** (vadinamasis socialinis nerimas) – kai vaikai jaučia ypatingą stresą socialinėse situacijose, pvz., mokykloje atsakinėjant prieš visą klasę, kalbant su nepažįstamais žmonėmis, susipažįstant. Tokie vaikai jaučiasi bejėgiai kontroliuoti savo nerimą ir yra linkę riboti savo socialinius ryšius. Taip jie dar labiau jaučiasi izoliuoti ir atstumti, praranda socialinius įgūdžius.

Kaip padėti nerimastingam vaikui?

- Nerimastingam vaikui labai svarbi saugi, struktūruota ir prognozuojama aplinka. Taip jis jaučiasi labiau kontroliuojantis situaciją.

- Nebauskite vaiko už jo baimes ir nenuvertinkite jo išgyvenamų jausmų. Kritika, nepagrįstas spaudimas, šaipymasis iš jo dažniausiai duoda priešingą rezultatą. Vaikas išgyvena dar didesnį stresą ir visiškai negali atsipalaiduoti.
- Iš kitos pusės, neskatininkite vaiko vengimo. Labai dažnai suaugusieji tiesiog nusivilia vaiku ir nustoja reikalauti iš jo to, ko paprastai reikalauja iš kitų vaikų (pvz., atsakinėti garsiai prieš klasę). Visada pasiūlykite vaikui tam tikrą veiklą, tačiau jei jis atsisako, nespauskite. Būtinai pagirkite ir paskatinkite vaiką net už mažiausius žingsnelius.
- Bendradarbiaukite su specialistu. Pasidomėkite, kokius nerimo valdymo būdus gali taikyti vaikas nerimą keliančiose situacijose, pvz., kvėpavimo pratimus, atpalaiduojančius pratimus ir kt.
- Didelį nerimą išgyvenantys vaikai paprastai jaučia bejėgiškumą ir kontrolės jausmo stoką. Tai mažina jų pasitikėjimą savimi. Stenkitės suteikti vaikui kuo daugiau galimybių rinktis, kas padėtų jam pajauti didesnę kontrolę. Daugeliui vaikų, ypač jaunesnio amžiaus, gali būti sunku rinktis iš daugybės alternatyvų. Geriausia, jei mažas vaikas gali rinktis iš 2–3 alternatyvų.
- Pasirūpinkite, kad vaikas turėtų galimybę sportuoti, užsiimti fizine veikla. Tai padeda mažinti stresą.

6.7. VAIKAS, TURINTIS LĖTINIŲ SVEIKATOS PROBLEMŲ

Vaikas, ateinantis į jūsų šeimą, gali turėti įvairių sveikatos problemų. Kai kurios iš šių ligų yra ūmios ir greitai praeinančios, kitos – lėtinės, besitęsiančios visą gyvenimą. Lėtinė liga – tai nėra fizinės negalios atitikmuo. Lėtinė (arba dar kartais vadinama chroninė) – tai tokia liga, kuri tęsiasi visą žmogaus gyvenimą, bet jos simptomų dažnumas ir trukmė gali skirtis. Gali būti ramūs ligos periodai ir tokie laikotarpiai, kai simptomai labai suaktyvėja. Vaikų lėtinių ligų pavyzdžiai yra

alergijos, atopinis dermatitas, diabetas ir kt. Lėtinė liga nėra visiškai išgydoma, tačiau jos simptomus galima valdyti ir gyventi pilnavertį gyvenimą.

Net jeigu jūsų vaikas turi lėtinę ligą, jis gali daryti daugumą tokių pat dalykų kaip ir jo bendraamžiai: lankyti mokyklą, sportuoti, bendrauti, žaisti. Kai kurios lėtinės ligos apriboja vaiko poreikius, pvz.:

- Alergiškas vaikas turi laikytis specialios dietos, o dauguma jo bendraamžių gali valgyti bet kokią maistą.
- Alergiškam vaikui, remiantis gydytojų rekomendacijomis, gali tekti atsisakyti mylimo augintinio.
- Diabetu sergantis vaikas turi prisiminti ir nustatytu laiku susileisti insulino dozes.
- Vaikas, turintis širdies ydą, turi susilaikyti nuo aktyvių žaidimų.

Tai vaikams gali kelti sunkumų. Be to, jau net ikimokyklinio amžiaus vaikai pradeda suprasti ir pastebėti, kad yra kitokie nei kiti vaikai. Tai gali turėti įtakos tam, ką vaikas galvoja apie save ir kaip suvokia savo vertę. Emocinė ir fizinė sveikata yra labai susijusios. Kai vaikas serga, ypač kai simptomai yra rimti ir tenka atsigulti į ligoninę arba iškęsti skausmingas medicinines intervencijas, jam sunku jaustis laimingam. Iš kitos pusės, kai vaikas išgyvena nuolatinį stresą ir yra labai prislėgtas, jam gali būti sunkiau kontroliuoti savo ligą.

Yra normalu, kad vaikas yra liūdnas ir prislėgtas, kai suaktyvėja jo ligos simptomai. Kūdikiams ir maži vaikai gali būti labai irzlūs, reikalauti daug dėmesio, būti „prilipę“ prie jūsų. Sergančiam vaikui gali būti būdinga staigi nuotaikų kaita, apatija, verksmingumas. Tai yra normali reakcija, kai labai pablogėja fizinė būklė. Paprastai vaiko emocinė būklė pagerėja, kai pagerėja fizinė būklė, sušvelnėja ligos simptomai. Tačiau jei pastebėjote, kad vaiko emocinė būklė negerėja, kreipkitės pagalbos į specialistus (pvz., psichologus arba vaikų ir paauglių psichiatrus).

Susirūpinkite, jei:

- Labai pasikeitė vaiko mokykliniai pasiekimai;
- Vaikas nustojo domėtis ta veikla, kuri anksčiau jam labai patiko;

- Vaikas pradėjo vengti bendravimo su jumis, draugais, kitais jam artimais žmonėmis, užsisklendė;
- Vaikas išsako neigiamus komentarus apie tai, kaip jis atrodo;
- Vaikas atsisako bendradarbiauti su medikais dėl jam reikalingos medicininės priežiūros, nesilaiko jų rekomendacijų (pvz., valgo maistą, kurio jam negalima);
- Vaikas nuolat atrodo liūdnas, prislėgtas arba labai piktas, agresyvus;
- Vaikas kalba apie mirtį.

Kaip galite padėti vaikui, sergančiam lėtine liga, geriau jaustis emociškai?

- Leiskite vaikui suprasti, kad yra normalu jausti pyktį, liūdesį, irzlumą ir įvairius kitus nemalonius jausmus. Vaikas neturi stengtis atrodyti laimingas, jei iš tiesų jaučiasi labai liūdnas ir prislėgtas. Parodykite vaikui, kad suprantate jo jausmus: „Suprantu, kaip tau sunku kiekvieną dieną gerti šiuos vaistus“; „Tau tikrai yra liūdna ir pikta, jog negali pažaisti su savo draugais“ ir pan.
- Liga gali sukelti vaikui daug pykčio. Vaikui gali būti svarbu šį pyktį išreikšti. Išmokykite vaiką socialiai priimtinais būdais išreikšti savo pyktį, pvz., žaidžiant su lėlėmis arba gyvūnais. Vaikas namuose gali turėti „pykčio“ kampelį, kur jis gali plėšyti popierių, kumščiuoti pagalvę arba patrypčioti kojytėmis ir šaukti: „Labai labai pykstu ant savo ligos!“ Vyresni vaikai gali rašyti dienoraščius, kalbėtis apie savo jausmus arba atlikti atpalaiduojančius pratimus.
- Paskatinkite vaiką laikytis jam skirtų medicininių rekomendacijų, vartoti jam išrašytus vaistus. Galite priminti, jog po to, kai jis išgers vaistus arba atliks kitas medicinines procedūras, jis galės užsiimti jam patinkančia veikla, pvz., pažaisti su draugais, pasižiūrėti TV arba pasivažinėti dviračiu.
- Informuokite kitus suaugusiuosius, su kuriais vaikas leidžia laiką, apie jo ligą, jos simptomus ir pagalbą, kuri gali būti reikalinga. Darželio auklėtojai, mokytojai, būrelių vadovai ir kiti suaugusieji turi žinoti, ką jiems

daryti, jei vaiką ištiktų astmos priepuolis arba kokio maisto ar aplinkos veiksnių turi vengti vaikas.

- Vaiko liga gali sukelti daug streso jūsų šeimai. Pasistenkite, kad vaikas nesijaustų atsakingas arba kaltas už sukeltą stresą arba papildomas finansines išlaidas. Leiskite jam suprasti, kad labai džiaugiatės jo atėjimu į jūsų šeimą ir jums yra svarbu juo rūpintis.

Vaiko liga gali paveikti visą jūsų šeimą. Jūs galite jausti didelį nerimą dėl vaiko sveikatos. Kartais galite jaustis bejėgiai ką nors pakeisti, o tai gali kelti daug pykčio. Jūs taip pat galite jaustis išsekę ir pavargę, ypač kai vaiko liga suaktyvėja ir vaikui yra reikalinga aktyvesnė fizinė priežiūra. Nelikite vieni su šiais išgyvenimais. Pasikalbėkite su savo artimais žmonėmis, nebijokite paprašyti pagalbos ir mokėkite ją priimti. Jei šeimoje auga dar vaikų, jie gali jaustis „užmiršti“ ir gali pavydėti to dėmesio ir laiko, kurį skiriate sergančiam vaikui. Paaiškinkite jiems apie sergančio vaiko ligą ir kiek daug jam reikia priežiūros. Dažnai priminkite jiems, kad mylite juos lygiai tiek pat kaip ir sergantį vaiką.

Kartais suaugusieji klausia, ar reikia drausminti sergantį vaiką, taikyti jam tam tikras elgesio ribas. Atsakymas į šį klausimą yra „Taip!“ Be abejo, kai kurios elgesio ribos gali keistis, kai vaikas labai serga (pvz., dėl labai prastos fizinės būklės jis galės neatlikti jam įprastų namų ruošos pareigų ir pan.), bet bazinės ribos ir taisyklės turi išlikti. Nuoseklumas ir struktūra yra labai svarbūs dalykai, padedantys išauginti emociškai sveikus vaikus. Jei jūs nuolat nusileisite sergančiam vaikui ir švelninsite jam elgesio ribas, jis gali išmokti „naudotis“ savo liga siekdamas išvengti atsakomybių. Be to, laikydamiesi tų pačių elgesio ribų (jei tai leidžia vaiko liga), jūs parodote vaikui, jog neišskiriate jo iš kitų. Tai gali būti svarbi žinia vaikui, kuris dėl savo ligos jaučiasi „nenormalus“ ir išskirtinis.

Vaikai, sergantys lėtinėmis ligomis, dažniau nei kiti vaikai lankosi pas gydytojus, guli ligoninėse. Kai kurios iš medicininių procedūrų gali būti ne visai malonios arba net skausmingos. Maži vaikai gali turėti ribotas galimybes suprasti savo ligą, todėl jiems gali atrodyti, jog jie yra už kažką baudžiami. Užtikrinkite, kad nemalonios medicininės procedūros nėra bausmė. Paaiškinkite vaikui apie ligą.

Stenkitės kalbėti paprastais, vaikui suprantamais žodžiais. Nesistenkite perteikti enciklopedinių žinių apie ligą, t. y. nesuteikite pernelyg daug informacijos ir tokios informacijos, kuri gali sukelti vaikui papildomo nerimo. Tačiau visada ramiai atsakykite į vaikui rūpimus klausimus.

Svarbus patarimas jums kaip vaiko globėjams arba tėvams – kuo daugiau surinkti informacijos apie vaiko ligą, pasikonsultuoti su vaiką stebinčiais medikais. Turima informacija mažina nesaugumo ir nežinomybės jausmą. Taip pat pasistenkite fiksuoti vaiko sveikatos istoriją (jam darytas medicininės intervencijos, skirtą gydymą ir reabilitaciją), saugokite šią informaciją.

6.8. PRIERAIŠUMO SUTRIKIMŲ TURINTIS VAIKAS

Prieraišumo sutrikimas – tai sutrikimas, dėl kurio asmeniui yra sunku suformuoti ilgai trunkančius, emociškai artimus santykius. Prieraišumo sutrikimų turinčiam vaikui yra sunku pasitikėti kitais žmonėmis. Tarptautinėje ligų klasifikacijoje (TLK-10) yra išskiriami du prieraišumo sutrikimai vaikystėje: reaktyvusis prieraišumo sutrikimas vaikystėje ir neslopinantis prieraišumas. *Reaktyvusis prieraišumo sutrikimas* diagnozuojamas tuomet, kai vaikui dėl trauminių patirčių, emocinio atstūmimo yra ypač sunku užmegzti prieraišumo ryšį. Su šiais vaikais labai sunku užmegzti artimą emocinį ryšį, jie priešiški ir įtarūs. *Neslopinantis prieraišumas* diagnozuojamas tuomet, kai vaikas neišskiria pagrindinio globėjo: šie vaikai gali drąsiai eiti pas nepažįstamus žmones, siekti jų emocinio kontakto, išgyvendami stresą neieškoti savo tėvų ar globėjų.

K. Lancaster (1996) išskiria tokį elgesį, kuris paprastai yra būdingas prieraišumo sutrikimų turintiems vaikams:

- *Fizinis ir emocinis atstumas nuo suaugusiųjų.* Šie vaikai nesikreipia į suaugusiuosius siekdami stimuliacijos ar nuraminimo. Jie gali vengti tiesioginio akių kontakto.

- *Pernelyg stipri priklausomybė arba nepriklausomybė.* Šie vaikai dažnai atrodo arba pernelyg nerimastingi, arba socialiai izoliuoti.
- *Savęs ir aplinkos suvokimo trūkumas.* Kai kurie vaikai yra taip pasinėję į save, jog visiškai nepastebi, kas vyksta aplinkui. Kiti, atvirkščiai, labai orientuoti į aplinką ir neįsisąmonina savo jausmų ir poelgių.
- *Kontroliuojantis elgesys.* Dažnai šie vaikai atrodo labai priešiški nusiteikę ir kiekvieną situaciją suvokia kaip kovą, kurioje vienas yra nugalėtojas, o kitas – pralaimėtojas.
- *Pasekmių baimės nebuvimas.* Dažnai apie šiuos vaikus kalbama, jog jie yra „be sąžinės“. Atrodo, kad jų negąsdina jokios pasekmės. Iš esmės taip yra todėl, kad jie nėra prisirišę nei prie žmonių, nei prie daiktų.
- *Neselektyvi prierašumo išraiška.* Dažnai atrodo, kad šie vaikai yra perdėtai meilūs su nepažįstamais žmonėmis ir atvirai priešiški savo tėvams.
- *Mokymosi sunkumai.* Dažnai mokymosi sunkumų sukelia praeityje vykę įvykiai – daug nusivylimo, negalėjimas kurti santykių, smurto baimė ir pan.

Pirmieji gyvenimo metai yra labai svarbūs saugaus vaiko prierašumo ryšio vystymuisi. Ankstyvoji gyvenimo patirtis, kuri gąsdina, sutrikdo ir atstumia, gali sukelti labai rimtų prierašumo sutrikimų. Gali būti įvairios priežastys, nulėmusios vaiko prierašumo sutrikimus: prievartos ir nepriežiūros patyrimas, atstūmimas, dažnas globos vietų keitimas, vaiko hospitalizacija, lėmusi jo atskyrimą nuo tėvų, tėvų psichikos sutrikimai ir kt. Svarbu suprasti ir tai, kad ne kiekvienas vaikas, susidūręs su šiais stresiniais įvykiais, turės prierašumo sutrikimų.

Auginti prierašumo sutrikimų turintį vaiką yra didelis darbas, reikalaujantis daug kantrybės, supratimo, pasiaukojimo, išorinės pagalbos, asmeninio tvirtumo. Didžiausias sunkumas – priimti faktą, jog šis vaikas pradžioje yra pajėgus tik labai paviršutiniškam emociniam ryšiui. Atrodo, kad jis nėra pajėgus mylėti. Nors iš tikrųjų tai tėra jų gynybos mechanizmas, susiformavęs nuo pat mažų gyvenimo dienų, siekiant apsisaugoti nuo eilinio atstūmimo ir skausmo.

Vien jūsų meilės ir stabilios aplinkos auginant vaiką, turintį prierašumo sutrikimų, gali nepakakti. Prierašumo problemas turėtų diagnozuoti psichikos sveikatos specialistas. Paprastai tokių vaikų terapija yra ilgalaikė ir nėra paprasta „išgydyti“ tokius sutrikimus, nes jie yra nulemti labai ankstyvos traumuojančios patirties.

Auginant vaiką, turintį prierašumo problemų, svarbu apsišarvuoti kantrybe: šiems vaikams reikia laiko įsitikinti, kad santykiai su kitais žmonėmis gali būti pozityvūs, teikti abipusį džiaugsmą ir pasitikėjimą. To jie išmoksta iš pasikartojančių pozityvių patirčių, jūsų emocinio prieinamumo, prognozuojamo elgesio, reagavimo į vaikų fizinius ir emocinius poreikius. Vaikai mato, kad santykiai su reikšmingais suaugusiais kuriasi palaipsniui, tobulėja įdedant pastangų ir suteikia vis daugiau džiaugsmo ir pasitenkinimo.

Tėvų gebėjimai ir charakteristikos, padedančios sukurti saugią aplinką vaikams, turintiems prierašumo sutrikimų:

- nuoseklumas ir lankstumas;
- gebėjimas ramiai reaguoti į įtemptas situacijas, vaiko konfrontaciją;
- gebėjimas suprasti vaiko poreikius, pažvelgti į situaciją iš vaiko perspektyvos;
- gebėjimas paremti savo sutuoktinį (-ę) ar partnerį (-ę) ir laikytis vieningos nuomonės;
- gebėjimas patenkinti savo asmeninius poreikius kitose srityse ir santykiuose (nenaudojant tam vaiko);
- mokėjimas susitaikyti su tuo, jog vaikas gali rodyti labai mažai emocinio artumo ir prierašumo;
- humoro jausmas;
- optimizmas ir vilties jausmas.

Vaiko, patyrusio smurtą ir nepriežiūrą, turinčio prierašumo sunkumų, auginimas yra sunkus, įtemptas darbas. Jums gali būti labai sunku atsitraukti nuo šio darbo. Tačiau norėdami kuo veiksmingiau padėti vaikui, turite kartkartėmis daryti „pertraukėles“ ir pasirūpinti savimi:

- Būtinai rūpinkitės savimi – ilsėkitės, gerai maitinkitės, sportuokite, užsiimkite malonia veikla.
- Priimkite kitų žmonių pagalbą – ir fizinę, ir emocinę.
- Rūpinkitės jums svarbiais santykiais – atraskite laiko savo sutuoktiniui (-ei), draugams, giminaičiams. Bendraudami su jais kalbėkitės ne vien tik apie vaiką.
- Rašykite dienoraštį – fiksuokite, kaip jaučiatės dėl vaiko, kaip jums sekasi kurti tarpusavio ryšį, stebėkite jūsų santykių dinamiką.
- Nebijokite išreikšti savo frustracijos ir baimių. Pasikalbėkite su žmogumi, kuris galėtų jus suprasti ir palaikyti.
- Leiskite sau klysti. Išdrįskite būti netobuli. Jūs neturite būti ekspertai, kurie visada žino, kaip reikėtų teisingai pasielgti.
- Neprisiimkite visos atsakomybės už vaiko elgesį. Gali būti, jog jūs elgiatės visiškai teisingai ir kompetentingai, tačiau vaikas vis tiek nesugeba reaguoti į jūsų kompetenciją ir gerumą.
- Švęskite! Susikoncentruokite ties pasiekimais, tais dalykais, kurie pavyko, nors ir kokie maži jie atrodo.

SANTRAUKA

- Vaikas, ateinantis į jūsų šeimą, gali turėti įvairių elgesio, emocinių, raidos problemų. Daugumą šių problemų lemia skausminga vaiko praeitis, prievartos ir nepriežiūros patyrimas ankstyvoje vaikystėje.
- **Fizinė prievarta** – tai veiksmai, sukeliantys faktinę ar potencialią žalą vaiko sveikatai, sąveikos ar jos nebuvimo su vaiku metu.
- **Vaikų ir paauglių seksualinė prievarta** – tai tokie suaugusiųjų veiksmai su vaiku, kuriais buvo siekiama suaugusiojo seksualinio pasitenkinimo prieš vaiko norus tokiomis sąlygomis, kai vaikas negalėjo suprasti suaugusiojo veiksmų dėl savo amžiaus, negalėjo pasipriešinti arba apsiginti dėl nelygių dvasinių ir fizinių jėgų.
- Augindami prievartą patyrusį vaiką:
 - Leiskite žinoti, jog jis gali pasitikėti jumis ir jūs jį apsaugosite.
 - Išaiškinkite vaikui, kokios taisyklės yra priimtos jūsų šeimoje (ypač dėl prisilietimų, privatumo).
 - Išmokykite vaiką pasakyti „ne“ nepriimtiniams prisilietimams.
 - Nenaudokite fizinių bausmių. Tinkamos disciplinos priemonės – pertraukėlės arba privilegijų apribojimas.
 - Padėkite vaikui suprasti, koks yra kiekvieno šeimos nario vaidmuo šeimoje.
 - Užtikrinkite vaiką, jog jis nėra kaltas dėl patirtos prievartos praeityje.
- Negaliomis laikomi raidos, sensorinių, fizinių funkcijų ir kiti įgimti ar įgyti sveikatos sutrikimai, trukdantys pažinti, tyrinėti aplinką, siekti akademiinių žinių, paveikiantys socialinę, emocinę ir asmenybės raidą. Auklėdami ir bendraudami su fizine ar proto negalią turinčiais vaikais atsižvelkite į jų brandos lygį, galias, bendradarbiaukite su sveikatos priežiūros specialistais.

- **Hiperaktyvaus vaiko paveikslą** sudaro trys pagrindiniai komponentai:
 - **nedėmesingumas** – nerūpestingos klaidos, daiktų pametimas, sunkiai išlaikomas dėmesys;
 - **impulsyvumas** – įsiterpimas, trukdymas, įkyrumas;
 - **hiperaktyvumas** – nuolatinis judėjimas, negalėjimas nusėdėti vienoje vietoje.
- Augindami hiperaktyvų vaiką sukurkite nuoseklią ir struktūruotą aplinką, dažnai suteikite vaikams grįžtamąjį ryšį apie jų elgesį, taikykite teigiamo elgesio paskatinimo sistemą.
- **Elgesio problemos** – tai toks elgesys, kuriam būdingas nepaklusnumas, agresyvumas, visuomenės ir šeimos taisyklių nesilaikymas. Bendraujant su elgesio problemų turinčiais vaikais svarbu:
 - padėti atpažinti savo jausmus ir juos įvardyti;
 - pasiūlyti vaikui konstruktyvius būdus tvarkytis su šiais jausmais.
- Daug tėvų globos netekusių vaikų patiria įvairių **emocinių sunkumų** (pvz., depresiją, nerimą).
 - **Depresija** nuo paprasto liūdesio skiriasi tuo, jog trunka ilgiau (paprastai ilgiau nei dvi savaites) ir labiau paveikia įvairias vaiko gyvenimo sritis.
 - **Nerimas** gali būti susijęs su išsiskyrimu (baimė išsiskirti su suaugusiuoju), generalizuotas (perdėtas ir nerealistinis nerimas dėl kasdienių dalykų).
- Vaikai, sergantys **lėtinėmis** (visą gyvenimą besitęsiančiomis) ligomis, gali jaustis nepilnaverčiai. **Pagalbos priemonės:**
 - Leiskite vaikui suprasti, kad yra **normalu jausti įvairius nemalonių jausmus** (pvz., pyktį, liūdesį).
 - Išmokykite vaiką **priimtinais būdais išreikšti savo pyktį**.
 - Skatinkite vaiką **vertoti išrašytus vaistus**, laikytis gydytojų rekomendacijų.

- **Informuokite vaikui artimus žmones** apie jo ligą.
- Stenkitės, kad **vaikas nesijaustų kaltas** dėl šeimai sukkelto streso, finansinių išlaidų.
- **Reaktyvusis prieraišumo sutrikimas** diagnozuojamas tuomet, kai vaikui dėl trauminių patirčių, emocinio atstūmimo yra ypač sunku užmegzti prieraišumo ryšį. Su šiais vaikais labai sunku užmegzti artimą emocinį ryšį, jie priešiški ir įtarūs. **Neslopinantis prieraišumas** diagnozuojamas tuomet, kai vaikas neišskiria pagrindinio globėjo: šie vaikai gali drąsiai eiti pas nepažįstamus žmones, siekti jų emocinio kontakto, išgyvendami stresą, nieiško savo tėvų ar globėjų.
- Norėdami paskatinti prieraišumo ryšio kūrimąsi:
 - Suformuokite ir laikykitės bendrų jūsų šeimos ritualų ir tradicijų.
 - Bendraukite, žaiskite su vaiku, įsitraukite į bendrą veiklą – pieškite, šokite, dainuokite, sportuokite.
 - Dalinkitės šeimos istorijomis, kartu su vaiku kurkite jo gyvenimo knygą. Klijuokite vaiko nuotraukas į šeimos albumus.
 - Leiskite vaikui kartais regresuoti („pabūti mažu vaiku“). Nuramininkite ir paguoskite vaiką, kai jam jūsų reikia.
 - Padėkite vaikui pajusti, kad yra mylimas net tuomet, kai elgiasi netinkamai.
 - Nepamirškite pasirūpinti ir savimi.



7.

VAIKO RYŠIAI SU BIOLOGINE ŠEIMA

7.1. KAI VAIKAS NORI ŽINOTI APIE SAVO BIOLOGINĘ ŠEIMĄ

Globojamo arba įvaikinto vaiko gyvenimo istorijos dalimi gali būti ir labai skaudūs įvykiai – tėvų atstūmimas ir nepriežiūra, patirta fizinė ir seksualinė prievarta, tėvų įkalinimas arba psichikos ligos. Vaikas gali neprisiminti ar nežinoti įvairių savo biologinės šeimos gyvenimo aplinkybių ir detalių. Tačiau bet kuriam vaikui, kuris yra globojamas arba įvaikintas, kyla klausimas, o kas yra jo biologiniai tėvai. Vaikas domisi, kur yra jo biologiniai tėvai ir kodėl jie jo neaugina.

Jums, vaiko įtėviams arba globėjams, gali kilti klausimas, ar reikia vaikui atskleisti skaudžią tiesą apie jo biologinę šeimą (pvz., kad vaiko tėvai jį paliko ir nenorėjo auginti arba kad vaikas šeimoje patyrė prievartą), ar tai nesukels vaikui labai daug neigiamų išgyvenimų. Vis dėlto specialistai mano, kad su vaikais galima pasidalyti net ir ta informacija, kuri turi stiprų emociškai neigiamą krūvį. Svarbu tai **padaryti tinkamu laiku, jautriai ir subtiliai, atsižvelgiant į vaiko pasirengimą šią informaciją išgirsti ir suprasti.**

Jūs galite pradėti nuo įvairių atvejų, pateiktų žiniasklaidoje arba realiai atsitikusių vaiko aplinkoje, kuomet dėl tam tikrų stresinių įvykių ar nepalankių aplinkybių žmogus pasielgė netinkamai, aptarimo. Aptarinėjant tokias istorijas labai svarbu **atskirti paties žmogaus vertinimą nuo jo poelgių vertinimo**, t. y. pats žmogus yra vertingas nepriklausomai nuo to, kad jo poelgiai yra netinkami ir neleistini. Taip pat labai svarbu atskirti aukos atsakomybę nuo smurtautojo veiksmų. Kitaip sakant, **pabrėžti, kad auka nėra atsakinga už smurtautojo veiksmus, vaikas nėra atsakingas už suaugusiojo veiksmus.**

Pradžioje **vaikams yra labai svarbu apie jų biologinius tėvus suteikti pozityvią arba neutralią informaciją, kuri kompensuotų vėliau pateiktą neigiamą informaciją.** Ši informacija yra labai svarbi teigiamam vaiko tapatumui, nes vaikui natūraliai kyla klausimas: „Ar aš būsiu panašus į savo tėvus, kai užaugsiu?“ Jeigu jūs mažai ką žinote apie vaiko biologinę šeimą arba jums sunku aptikti jos teigiamų savybių, galite pasiremti paties vaiko asmenybe: „Aš spėju, kad tavo šeimoje

buvo kažkas toks pat rūpestingas ir šiltas kaip ir tu. Tai yra labai gera savybė, kuri padeda kitiems žmonėms, esantiems šalia tavęs, pasijusti geriau“.

Jeigu jūs kalbatės su mažais vaikais, neatskleiskite jiems visos faktinės informacijos, kurią atskleistumėte vyresniems vaikams. Svarbiausia, kad **jūsų atskleista informacija būtų tikroviška, teisinga**. Nekeiskite vienos istorijos versijos kita. Prisiminkite, kad vaikas turi matyti jumyse suaugusiuosius, kuriais jis gali pasitikėti. Jei vėliau jis supras, kad melavote, tai gali sugriauti jo pasitikėjimą.

Jei informacija turi labai stiprų neigiamą emocinį foną (pvz., vaikas gimė, kai jo motina buvo išprievartauta), **geriau atidėti jos atskleidimą iki vidurinės vaikystės arba net paauglystės, priklausomai nuo vaiko emocinės brandos**, kuomet jis jau bus pasirengęs šią informaciją priimti objektyviau ir realistiškiau. Mažam vaikui tiesiog užteks žinoti, kad apie jo tėvą nėra daug žinių. Taip pat su vaikais **labai svarbu kalbėtis apie priežastis, slypinčias už žmonių poelgių**. Tai nereiškia, kad netinkami žmonių poelgiai turi būti pateisinami. Bet tai padeda geriau suprasti žmonių poelgius ir suteikia vilties, jog žmonės gali keisti savo elgseną.

Vienas iš svarbiausių klausimų, kuriuos užduoda vaikas, yra klausimas KO-DĖL. „Kodėl mama mane paliko dar gimdymo namuose?“ „Kodėl būtent mane labiausiai mušė tėtis?“ Tokiais atvejais **patvirtinkite vaiko jausmus** („Suprantu, kaip tau yra pikta ir liūdna“), **suteikite vaikui faktinę informaciją, kurią turite apie šeimą, stenkitės kalbėti apie ją neutraliai arba pozityviai** („Kartais tėvai nežino, kaip tinkamai pasirūpinti savo vaikais, tavo tėvams tuo metu trūko žinių ir gebėjimų“). Parodykite vaikui, kad su jumis jis gali aptarti jam kylančius sunkius jausmus ir jūs esate tie asmenys, kurie padės jam susidoroti su tokiais jausmais.

Kartais vaikai nerimauja, ar jie nesiels ateityje panašiai kaip jų tėvai, pvz., ar nemuš savo vaikų. Geriausia tokiais atvejais **pabrėžti stipriąsias vaiko savybes panašiose situacijose**, pvz.: „Tu labai gražiai man padedi rūpintis savo mažuoju broliuku“; „Taip tu mokaisi svarbių įgūdžių, kurie padės tau tapti gera mama“. Vaikui svarbu suprasti, kad jis nėra pasmerktas tokiems pat veiksams kaip jo tėvai ir kad jis gali išmokti tų įgūdžių, kurių jo tėvai stokojo. Tam tikrais atvejais jūs galite pasiūlyti vaikui psichoterapinę pagalbą, kuri jam padėtų valdyti savo

impulsyvumą ir tinkamai tvarkytis su pykčiu. Tai padės vaikui ateityje išvengti tų sunkumų, kuriuos patyrė jo tėvai nemokėdami tinkamai tvarkytis su savo neigiamais jausmais arba neturėdami gerų savireguliacijos įgūdžių.

Kartais vaiko gyvenimo istorija yra tokia skaudi, kad baisu, jog jis su šia tiesa nesusidoros. Tačiau dažniausiai **tiesa yra labiau įveikiama nei nerimas arba baimės**, kurias patiria vaikas, kai supranta, kad jo globėjai arba tėviai kažką slepia nuo jo ir nenori atskleisti. Vaikui gali atrodyti, kad neatskleista žinia yra labai gėdinga, ir jis už ją yra atsakingas.

7.2. PARAMA VAIKO IR JO BIOLOGINĖS ŠEIMOS RYŠIUI PALAIKYTI

Viena iš sunkiausių globėjų pareigų – tai globotinio ryšių su biologine šeima palaikymas. Vaiko biologinių tėvų atžvilgiu jums gali kilti įvairių jausmų. Jūs galite pykti, kad jie netinkamai elgėsi ir galbūt iki šiol elgiasi su vaiku. Galite nerimauti dėl vaiko saugumo, kai jis leidžia laiką su savo tėvais. Kartais, nors tai galbūt ir labai sunku pripažinti, gali kilti konkurencijos ir pavydo jausmas, jog vaikas, nepaisant visų jūsų įdėtų pastangų ir meilės, demonstruoja stiprų lojalumą savo šeimai. Pirmiausia **jums svarbu šiuos jausmus įsisąmoninti ir suprasti**. Taip jūs užtikrinsite, kad jie netrukdytų jums efektyviai bendrauti su vaiku ir suteikti jam tinkamą pagalbą.

Jūsų užduotis – bendrauti su tėvais taip, kad tai būtų naudinga vaikui. Su vaiko biologiniais tėvais jūs esate ne konkurentai, bet kartu siekiate bendro tikslo.

Kaip biologiniai tėvai išgyvena vaiko netektį?

Efektyviau bendrauti su vaiko biologiniais tėvais gali padėti gilesnis jų savijautos supratimas – kaip jie išgyvena vaiko netekimą ir kaip tai paveikia jų elgseną. Net jeigu tėvai ilgą laiką nesirūpino vaiku ir smurtavo prieš jį, juos vis tiek paliečia vaiko netekimas – jo paėmimas iš namų ir apgyvendinimas globos na-

muose, vėliau – globojimas arba įvaikinimas šeimoje. Ypatingai sunkiai vaiko netektį išgyvena tie tėvai, kurie turėjo su juo artimesnį ryšį. Kai vaikas yra paimamas iš šeimos, dauguma tėvų išgyvena gedulą.

Gedulo procesui nėra jokių laiko ribų. Paprastai biologiniams tėvams yra sunkiausi pirmieji metai, nes tai yra didžiausių pokyčių ir permainų metas. Skirtingi žmonės skirtingai išgyvena gedulą. Tai gali priklausyti nuo paties asmens savybių, taip pat kultūros nulemtų veiksmų. Tačiau gedulo procesas turi kelias aiškiai atpažįstamas stadijas. Jos yra tokios pat, kokias išgyvena vaikas, netekęs savo šeimos. Šių stadijų atpažinimas gali labai palengvinti jūsų bendravimą su gedinčiais tėvais.

1. Šokas

Žmogus, apimtas šoko, jaučiasi tarsi rūke ar sapne. Tėvai gali atrodyti tarsi sustingę, apstulbę arba, atvirkščiai, labai intensyviai verkti nematydami nieko aplinkui. Jie gali atrodyti tarsi robotai – ramūs, nesirūpinantys ir neįsitraukę.

Svarbu atskirti tėvus, kurie yra apimti šoko, nuo tėvų, kurie neturėjo stiprių prierašumo ryšių su savo vaikais. Tėvai, kurie nėra prisirišę prie savo vaikų, taip pat nerodo stiprių emocinių reakcijų, kai jų vaikas yra atskiriamas nuo jų. Šoko apimti tėvai jau po kelių valandų ar dienų pradeda rodyti skausmą ir pyktį, tuo tarpu emociškai nutolę nuo savo vaikų tėvai ir toliau nerodo jokių stiprių jausmų dėl išsiskyrimo su vaiku.

2. Neigimas

Šioje stadijoje racionaliai tėvai kaip ir supranta, kad jie turėjo vaiką (vaikus), bet jis (jie) daugiau su jais negyvena, tačiau jiems sunku tuo patikėti. Jie gali elgtis taip, tarsi nieko nebūtų atsitikę. Dažnai tėvai, bandydami numalšinti skausmą, pradeda labai daug gerti arba vartoti narkotines medžiagas. Šioje stadijoje tėvai atsisako bendradarbiauti ir tvirtai tiki, kad jų vaikas bus grąžintas į šeimą.

3. Pyktis

Tėvai pradeda jausti didžiulį pyktį ir įsiūtį. Jie dažniausiai pyksta ant vaiko globėjų, Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistų, globos namų darbuotojų, su-

tuoktinių, valdžios, Dievo ir pan. Tėvai gali grasinti teismais, atsisakyti bendradarbiauti, agresyviai reikalauti grąžinti jiems vaiką. Jie gali pykti ir ant paties vaiko, kaltinti jį dėl to, kad jis buvo atimtas iš jų ir dabar atiduodamas naujai šeimai („Jei tik nebūtų kišęs savo liežuvio ir visiems pliurpęs, kokie mes esame blogi tėvai, būtume iki šiol gyvenę visi kartu laimingai“). Jie gali liepti vaikui neklausyti naujų globėjų ar įtėvių.

4. Kaltė

Jausti kaltę, kai tavo vaikas paimtas iš šeimos, yra normalu. Būdami šioje stadijoje tėvai dažnai pradeda svarstyti, o kaip būtų buvę, jeigu jie būtų elgęsi kitaip ir pan. Kaltės jausmo apimti tėvai pradeda svarstyti įvairius būdus, kaip susigrąžinti vaiką atgal, ir gali labai priešintis globos ar įvaikinimo procesui.

5. Depresija

Tai yra tokia stadija, kai tėvams viskas atrodo beviltiška. Kartais jie praranda viltį, kad jų skausmas kada nors baigsis. Apimti depresijos, jie gali „pamiršti“ apie sutartus susitikimus su vaikais, jie apskritai gali kažkur dingti ir nutraukti kontaktą ne tik su vaikais, bet ir su jumis bei specialistais.

6. Priėmimas

Tėvai pradeda jausti, kad šis sunkus jausmas viduje po truputį slopsta. Jie turi daugiau energijos, jiems darosi lengviau priimti sprendimus. Tėvai jau mažiau kalba apie savo skausmą ir netektį, bet daugiau apie vaiką ir jo interesus. Jie lengviau susitaiko su gyvenimo pokyčiais – faktų, kad šiuo metu vaikas gyvena naujoje šeimoje. Jie jau labiau pajėgūs suprasti, kad turi tam tikrų sunkumų ir, norėdami susigrąžinti vaiką į šeimą, turi juos išspręsti.

Jūs, kaip vaiko globėjai, galite labai padėti vaikui ir jo tėvams, išgyvenantiems sunkų laikotarpį. Stenkitės nevertinti ir nekritikuoti tėvų. Į vaiko tėvus žiūrėkite kaip į bet kuriuos kitus asmenis, su kuriais ką tik susipažinote. Net jeigu jums atrodo, kad vaiko susitikimai su tėvais vaikui yra žalingi, **turite laikytis tokios tėvų bendravimo su vaikais tvarkos, kokia yra nustatyta vaiko teisių apsaugos specialistų arba teismo.**

Šeimos ryšių skatinimas

Šeimos ryšių skatinimas – tai paramos vaiko ryšiams su šeima teikimas. Tai gali būti daroma:

- Palaikant vaiko kultūrą, tradicijas, papročius;
- Padedant vaikui įveikti lojalumo konfliktą;
- Skatinant vaiko bendravimą su biologiniais tėvais – per susitikimus, pokalbius telefonu arba kitais būdais.

Vaiko ryšius su biologiniais tėvais jūs galite palaikyti:

- Demonstruodami pagarbą vaiko ir jo biologinių tėvų kultūrinei tapatybei, atsižvelgdami į kultūrinius įsitikinimus, poreikius, vertybes;
- Įsisavindami vaiko įpročius, tradicijas ir elgesio modelius;
- Pripažindami teigiamą patirtį, kurią vaikas įgijo šeimoje;
- Nekritikuodami vaiko biologinės šeimos;
- Priimdami vaiko biologinę šeimą tokią, kokia ji yra, ir pripažindami jos stiprybes.

Padėdami vaikams palaikyti ryšį su jo šeima, praeitimi, kultūra, bendruomene, mes stipiname vaiko tapatybę. Taip pat svarbu suprasti, kad *lojalumo konfliktai – neatskiriama globojamų arba įvaikinamų vaikų gyvenimo dalis*. Vaikai negali nustoti sielvartauti, kol nepripažįsta, kad turi dvejus tėvus. Kaip tėvai gali mylėti visus savo vaikus vienu metu, taip ir vaikas gali būti prisirišęs ir mylėti daugiau nei vieną motiną arba tėvą.

Jei vaikas turi galimybę grįžti į savo biologinę šeimą (taip yra numatyta individualiame vaiko socialinės globos plane), sustiprinti vaiko ir tėvų ryšius gali ši veikla:

- Reguliarūs vaiko susitikimai su tėvais;
- Vaiko biologinės šeimos nuotraukų panaudojimas rengiant vaiko gyvenimo knygą;
- Vaiko biologinių tėvų įtraukimas į fizinį rūpinimąsi vaikais susitikimų su vaikais metu (pvz., vaiko maitinimas, ap rengimas, kt.);

- Tėvų dalyvavimas vaiko mokyklos ir kituose renginiuose;
- Tėvų kvietimas į vaiko gimtadienius, įvairias šventes, sukaktis ir kt.

Vaiko biologiniams tėvams svarbu turėti galimybę išreikšti savo nuomonę dėl įvairių sprendimų, susijusių su vaiku. Jūs galite pasikalbėti su vaiko biologiniais tėvais tokiais klausimais, kaip: vaiko mokykla, medicininė priežiūra, vaiko popamokinė veikla. Kaip aktyviai tėvai gali dalyvauti vaiko gyvenime, priklauso nuo konkretaus atvejo.

Efektyviau užmegzti ryšį su globotinio biologine šeima jums gali padėti šie patarimai:

- 1) Paprašykite globotinio tėvų pagalbos tėvystės klausimais, pvz., paklauskite, kaip anksčiau tėvai mokydavo vaiką, kokiais būdais jiems pavykdavo jį greičiausiai nuraminti ir pan.
- 2) Pagirkite vaiką, susiekite jo stipriąsias savybes su tėvų tėvystės įgūdžiais, pvz.: „Jūsų vaikas labai myli gyvūnus ir labai moka jais pasirūpinti. Jūs tikriausiai labai skatinate vaiko meilę gyvūnams“.
- 3) Pasidalinkite tėvystės rūpesčiu su vaiko biologiniais tėvais: „Mes truputį nerimaujame, kad vaikas visai nenori eiti į mokyklą. Kaip jūs manote, kas pakeltų jo motyvaciją?“
- 4) Įsijauskite į tėvų padėtį: „Suprantu, kaip jums sunku netekus vaiko“.
- 5) Išreikškite viltį: „Labai viliuosi, kad specialistams padedant jums pavyks išspręsti savo sunkumus ir vaikas galės grįžti pas jus“.

7.3. VAIKO BENDRAVIMAS SU BIOLOGINIAIS TĖVAIS

Ar vaikas gali matytis su savo biologiniais tėvais, kaip dažnai jis gali matytis, kiek tai yra saugu vaikui ir kaip atitinka jo interesus, paprastai nustato vaiko teisių apsaugos specialistai arba teismas. Vaiko bendravimo su tėvais tvarka yra aprašyta ir individualiame vaiko socialinės globos plane.

Jei individualiame vaiko socialinės globos plane yra numatytas vaiko grąžinimas į biologinę šeimą, jo kontaktai su šeima bus dažnesni ir nuoseklesni. Kontaktai tarp vaiko ir jo biologinių tėvų arba kitų giminių gali būti: skambučiai tėvams, laiškai (paprasti arba elektroniniai), apsilankymai, susitikimai. Susitikimai gali vykti jūsų namuose, tėvų namuose arba neutralioje vietoje (pvz., Vaiko teisių apsaugos skyriuje arba parke). Kartais, priklausomai nuo vaiko situacijos, susitikimuose gali dalyvauti ir vaiko teisių apsaugos specialistas. Jūs taip pat galite būti paprašyti dalyvauti vaiko susitikimuose su biologiniais tėvais.

Vaiko ir tėvų susitikimai yra labai svarbūs vaiko grąžinimui į šeimai. *Tėvai, kurie reguliariai, dažnai ir prasmingai susitinka su savo vaikais, turi daugiau šansų susigrąžinti vaikus į šeimą.* Kai artėja laikas vaikui grįžti į savo šeimą, šie susitikimai gali tapti dažnesni ir ilgesni.

Svarbu iš anksto suplanuoti vaiko ir jo tėvų susitikimus. Vaiko susitikimai su biologiniais tėvais gali vykti pagal tam tikrą iš anksto numatytą grafiką, tačiau gali būti ir laisvai organizuojami, nesilaikant tvarkaraščio. Tam tikrais atvejais yra tikslinga registruoti vaiko susitikimus su biologiniais tėvais. Registruodami šiuos susitikimus žymėkite ne savo nuomonę, bet faktus, pvz.: „tėvai atėjo laiku“, „tėvai pagyrė vaiką“, „tėvai atnešė vaikui dovanų“ ir pan. Ši informacija gali būti svarbi ateityje sprendžiant klausimą dėl vaiko grąžinimo į biologinę šeimą.

Jūs esate atsakingi už vaiko rengimą susitikimams. Vaikas turi aiškiai suprasti susitikimo tvarką ir turi būti paruoštas galimoms tėvų reakcijoms. Jei tėvai ne visada pasirodo susitikimuose ar yra labai emocingi, lengvai praranda savitvardą, tai turėtų būti aptarta su vaiku. Susitikimas gali sukelti labai įvairių jausmų, todėl pasikalbėkite su vaiku apie jo jausmus ir reakcijas.

Kaip jūs galite padėti vaikui dėl jo susitikimų su biologine šeima?

- Po susitikimų būkite pasiruošę suprasti vaiko verbalines ir neverbalines reakcijas – kai kuriems vaikams norėsis jums išsipasakoti, kai kuriems pabūti vieniems. Pasakykite vaikui, kad jis gali laisvai reikšti jausmus ir jūs esate pasiruošę jį išklausyti.

- Jei vaikas po susitikimo grįžta nusiminęs, leiskite jam išreikšti ir išgyventi šiuos jausmus. Kartais susitikimai gali liūdinti. Kartais sunku atsisveikinti. Jei susitikimai vyksta pagal iš anksto numatytą grafiką, paaiškinkite vaikui, kada bus kitas susitikimas.
- Nedarykite išvados, kad vaikui nereikėtų susitikti su biologiniais tėvais, net jei tokie susitikimai sukelia vaikui neigiamų emocijų. Susitikimai padeda vaikams turėti tam tikrą realybės jausmą apie tai, kas vyksta jo šeimoje.
- Jeigu jums kyla įtarimų dėl ypatingai neigiamo susitikimų poveikio vaiko emocinei būsenai (pvz., vaikas nuolat grįžta labai susijaudinęs, nusiminęs), pasikalbėkite apie tai su socialiniu darbuotoju. Jei pastebite fizinės prievartos požymių, iš karto informuokite savivaldybės Vaiko teisių apsaugos skyrių.
- Leiskite vaikui laisvai kalbėti apie savo tėvus ir jų situaciją – taip jis mažiau nerimaus. Į visus vaiko klausimus atsakykite aiškiai, paprastai ir jautriai.
- Vaikai nenustoja mylėti tėvų net tuo atveju, kai pastarieji su jais elgėsi netinkamai. Atsargiai kalbėkite apie vaiko tėvus, stebėkite, kaip apie juos galvojate ir ką jūs pasakote. Nuolat kritikuodami ir žemindami vaiko tėvus, galite pakenkti jūsų tarpusavio ryšiui su vaiku, be to, susilpninti vaiko pasitikėjimą savimi.
- Vaikas po susitikimų su tėvais gali grįžti labai liūdnas, sutrikęs, demonstruoti įvairias elgesio ir emocines problemas. Neužverskite vaiko klausimais, kas atsitiko per jo susitikimą su tėvais, tačiau parodykite jam, kad esate pasiruošę išklausyti, jei jis norės pasidalinti savo išgyvenimais, pasikalbėti apie tai, kas įvyko.

Jeigu susitikimai vyksta jūsų namuose, **pasistenkite su vaiko tėvais elgtis kiek įmanoma natūraliau. Būkite draugiški** – neatsiribokite ir neslapukaukite. Galite pasiūlyti tėvams puodelį arbatos arba kavos. Taip pat pasistenkite vaikui ir jo tėvams suteikti kokią nors privačią erdvę, kurioje jie galėtų ramiai pasišnekučiuoti. Kai vaikas žaidžia su tėvais, atneškite jo mėgstamų žaislų. **Nežeminkite tėvų vaiko akyse.** Vaikas tai gali priimti labai skausmingai.

Kai per vaiko ir tėvų susitikimus iškyla problemų

Prisiminkite, kad tėvams, kuriems yra apribotos tėvystės teisės, nėra lengva susitikti su savo vaikais. Vaiko paėmimą iš šeimos jie išgyvena kaip asmeninę nesėkmę ir nekompetenciją. Kai kuriems tėvams gali būti sunku laikytis numatytos bendravimo tvarkos, jie gali neateiti į susitikimus arba ateiti išgėrę.

- **Jei tėvai neateina į sutartą susitikimą su vaiku arba nuolat vėluoja**, informuokite apie tai socialinį darbuotoją. Nesijauskite atsakingas už vaiko tėvų veiksmus.
- **Jei tėvai atvyksta nepranešę**, pasikalbėkite su jais ir priminkite jiems apie išankstinio informavimo svarbą.
- **Jei tėvai atvyksta girti, susijaudinę, agresyviai nusiteikę**, įvertinkite jų būseną – ar ji nėra pavojinga vaiko sveikatai. Jei tėvai girti, paprašykite jų ateiti susitikti su vaiku, kai bus blaivūs. Informuokite apie šią situaciją socialinį darbuotoją.
- **Jei tėvai nuolat liūdina vaiką sakydami jam neigiamus dalykus arba kaltindami jį**, sureaguokite į tai ir pasikalbėkite su tėvais. Kalbėdami būkite ramūs, bet tvirti. Pasakykite tėvams, kad toks jų elgesys yra nepriimtinas.

7.4. VAIKO BENDRAVIMAS SU BROLIAIS/SESERIMIS GYVENANT ATSKIRAI

Kaip rodo tyrimai ir patirtis, ryšiai tarp brolių/seserų, netekusių tėvų globos, neretai yra net stipresni nei tarp tų brolių/seserų, kurie gyvena šeimose. Tyrimai taip pat rodo, kad vaikai, kurie yra globojami kartu bent jau su vienu iš brolių ar seserų, jaučiasi saugesni ir turi mažiau elgesio ir emocinių problemų. Daugumai vaikų atsiskirti nuo brolio ar sesers reiškia prarasti vieną iš jiems reikšmingiausių ir prasmingiausių santykių. Neretai brolio arba sesers turėjimas yra svarbus ir vaiko teigiamam galvojimui apie save. Jei vaikas mato teigiamas savo brolio arba sesers savybes, jis yra linkęs rečiau laikyti save „blogu vaiku iš blogos šeimos“.

Remiantis Lietuvos Respublikos civiliniu kodeksu, įvaikinti išskiriant seseris ir brolius leidžiama tik išimtiniais atvejais, kai negalima užtikrinti seserų ir brolių gyvenimo kartu dėl jų sveikatos arba kai dėl įvairių aplinkybių seserys ir broliai jau buvo išskirti ir nėra galimybių užtikrinti jų gyvenimo kartu. Kartais atsitinka taip, kad yra įvaikinamas arba paimamas globon į šeimą mažas vaikas, tuo tarpu jo broliai arba seserys, pasiekę paauglystės amžių, lieka gyventi globos institucijoje. Jei broliai/seserys yra išskiriami, išlieka rizika, kad kontaktas tarp jų bus nereguliarus, ribotas arba jo iš viso nebus. Todėl jeigu broliai arba seserys negali būti įvaikinti kartu, labai svarbu jiems **sudaryti sąlygas palaikyti reguliary kontaktą**. Net jeigu tarp vaikų nėra stipraus emocinio ryšio (pvz., jie augo atskirai ir mažai pažįsta vienas kitą), svarbu sudaryti jiems galimybę užmegzti ryšį ir jį vystyti.

Tėvų globos netekę broliai/seserys gali turėti labai skirtingos kokybės santykius. Vieni išlieka stipriai prisirišę vienas prie kito, nepaisant to, kad ilgam laikui yra atskirti. Kiti, atvirkščiai, demonstruoja labai paviršutiniškus santykius.

Specialistai rekomenduoja, kad **broliams ir seserims, negalintiems gyventi kartu, turėtų būti sudaryta galimybė matytis bent du kartus per mėnesį**. Taip pat rekomenduojama, kad vaiko susitikimai su biologiniais tėvais būtų organizuojami tuo metu, kai visi broliai ir sesės gali būti kartu.

Jeigu brolius ir seseris skiria didelis atstumas (pvz., jie gyvena skirtingose šalyse), yra labai svarbu, kad **tarpusavio kontaktas būtų palaikomas kitais būdais** – per laiškus paprastu arba elektroniniu paštu, telefono ryšį, *skype* pokalbius. Pasitarkite su socialiniu darbuotoju, koks vaiko bendravimo su broliais ar seserimis planas geriausiai atitiktų jo interesus. **Yra labai rekomenduojama, kad vaikai galėtų leisti laiką kartu vasaros stovyklose arba savaitgalio išvykose**. Bendras patyrimas tokiose išvykose arba stovyklose padeda broliams/seserims suformuoti ir palaikyti tarpusavio ryšį.

Kartais brolių/seserų apsilankymas sužadina gana stiprius vaikų emocinius išgyvenimus (pvz., liūdesį arba pykčio protrūkius). Panašius jausmus vaikai gali patirti susitikdami su savo biologiniais tėvais. **Vaikams reikalinga pagalba šiuos jausmus išreikšti ir suprasti**. Paskatinkite vaiką pasidalinti savo mintimis ir jaus-

mais, padėkite vaikui suprasti, kad yra normalu ilgėtis savo brolių ar seserų arba pykti dėl to, kad nėra galimybės gyventi visiems kartu. Net jei vaikui nėra lengva susitikti su savo broliais/seserimis, tai nereiškia, jog šie susitikimai turi būti nutraukti. Kartais gali kilti noras riboti brolių/seserų tarpusavio kontaktą siekiant juos apsaugoti nuo skausmingų patirčių arba neigiamo poveikio. Tačiau taip visada iškyla pavojus atimti iš vaiko galimybę pažinti ir suformuoti ryšį su broliais/seserimis. Toks pat pavojus išlieka ir tuomet, kai globėjai ar tėviai neskatina brolių/seserų bendravimo manydami, kad jie emociškai neprisirišę vienas prie kito.

Kartais vaikai jaučia kaltę, jei juos paėmė iš šeimos, kurioje jie patyrė smurtą ir nepriežiūrą, bet kiti jų broliai arba seserys liko arba gimė vėliau. **Labai svarbu padėti vaikui suprasti, jog jis nėra kaltas dėl suaugusiųjų veiksmų** ir gali būti atsakingas tik už savo poelgius.

SANTRAUKA

- **Vaikas turi teisę žinoti net ir labai skaudžią informaciją apie savo biologinius tėvus.** Svarbu ją suteikti jautriai ir tinkamu laiku, kai vaikas bus pasirengęs ją priimti. **Suteikdami tokią informaciją:**
 - suteikite faktinę informaciją pasirinkdami terminus, kuriuos vaikas yra pajėgus suprasti;
 - atskleiskite situaciją tam tikrame kontekste, kad istorija nupasakotų tėvų reakcijas į tam tikras aplinkybes;
 - pabrėžkite, kad vaikai nėra atsakingi už suaugusiųjų veiksmus;
 - pateikite neutralią arba pozityvią informaciją apie vaiko biologinę šeimą;
 - padėkite vaikams atrasti būdų, kaip jie galėtų pasinaudoti savo šeimos stipriomis pusėmis ir išvengti tėvų klaidų;
 - nemeluokite vaikui ir nekeiskite vienos istorijos versijos kita.
- **Jūsų užduotis – bendrauti su tėvais taip, kad tai būtų naudinga vaikui.**
- Šeimos ryšių skatinimas – tai **paramos vaiko ryšiams su šeima teikimas.** Tai gali būti daroma:
 - palaikant vaiko kultūrą, tradicijas, papročius;
 - padedant vaikui įveikti lojalumo konfliktą;
 - skatinant vaiko bendravimą su biologiniais tėvais – per susitikimus, pokalbius telefonu arba kitais būdais.
- **Vaiko ryšius su biologiniais tėvais jūs galite palaikyti:**
 - Demonstruodami pagarbą vaiko ir jo biologinių tėvų kultūrinei tapatybei, atsižvelgdami į kultūrinius įsitikinimus, poreikius, vertybes;
 - Įsisavindami vaiko įpročius, tradicijas ir elgesio modelius;
 - Pripažindami teigiamą patirtį, kurią vaikas įgijo šeimoje;
 - Nekritikuodami vaiko biologinės šeimos;
 - Priimdami vaiko biologinę šeimą tokią, kokia ji yra, ir pripažindami jos stiprybę.

- **Efektyviau užmegzti ryšį su vaiko biologine šeima** jums gali padėti ir tai, jei paprašysite tėvų patarimų vaiko auklėjimo klausimais, pagirsite vaiką ir susiesite jo stipriąsias savybes su tėvų tėvystės įgūdžiais, išreikšite supratimą dėl tėvų išgyvenamų jausmų.
- **Jūs esate atsakingi už vaiko rengimą susitikimams su biologiniais tėvais.** Po susitikimų stebėkite vaiko verbalines ir neverbalines reakcijas, pasakykite vaikui, kad jis gali laisvai reikšti jausmus ir jūs esate pasiruošę jį išklausyti. Nedarykite išvados, kad vaikui nereikėtų susitikti su biologiniais tėvais, net jei tokie susitikimai sukelia vaikui neigiamų emocijų.
- **Nekritikuokite vaiko biologinių tėvų ir nežeminkite jų,** ypač vaiko aki-vaizdoje. Leiskite vaikui laisvai kalbėti apie savo tėvus ir jų situaciją.
- Jeigu broliai arba seserys negali būti įvaikinti arba globojami kartu, labai svarbu **sudaryti sąlygas jiems palaikyti reguliary tarpusavio kontaktą.**
- Jeigu brolius ir seseris skiria didelis atstumas (pvz., jie gyvena skirtingose šalyse), **tarpusavio kontaktas turi būti palaikomas kitais būdais** – per laiškus paprastu arba elektroniniu paštu, telefono ryšį, *skype* pokalbius. Rekomenduojama, kad vaikai galėtų leisti laiką kartu vasaros stovyklose arba savaitgalio išvykose.



8. VAIKO PERKĖLIMAS IŠ ŠEIMOS

8.1. VAIKO PARENGIMAS PERKELTI Į NAUJĄ ŠEIMĄ

Pirmieji du šio skyriaus poskyriai yra daugiau skirti šeimoms, priimančioms vaikus laikinai globai. Lietuvos specialistų jos dar vadinamos „atraminėmis“ šeimomis. Šios šeimos globoja vaikus laikinai ir ruošia juos nuolat globoti, įvaikinti arba grąžinti į biologinę šeimą. Kol kas Lietuvoje tokių šeimų nėra daug. Dažnesnė praktika, kai laikini globėjai tampa nuolatiniais globėjais arba vaikus įsivaikina. Lietuvoje, jei vaikas yra globojamas šeimoje, jo globėjai gali prieštarauti globotinio įvaikinimui kitai porai. Į galimų įvaikinti vaikų sąrašą šeimoje globojami vaikai paprastai nėra įtraukiami. Tačiau tikimės, kad ateityje Lietuvoje bus daugiau „atraminių“ šeimų ir joms bus naudinga žemiau pateikta informacija.

Dauguma vaikų yra įvaikinami arba paimami globon iki trejų metų. Dažniausiai yra manoma, kad tokio amžiaus vaikai lengviau nei vyresni vaikai adaptuojasi naujoje šeimoje. Tačiau reikėtų turėti omenyje keletą svarbių dalykų, kai yra įvaikinami arba paimami globon tokio amžiaus vaikai.

Visų pirma, vaikai nuo šešių mėnesių iki ketverių metų patiria žymių sunkumų, kai yra atskiriami nuo tų asmenų, prie kurių jie yra prisirišę. Net praleidęs jūsų namuose keletą mėnesių vaikas gali labai prisirišti prie jūsų. Jei vaikas išgyvena atsiskyrimo nuo jūsų skausmą, galima manyti, kad jis turi prieraišumo gebėjimus, t. y. jis gali prisirišti prie jį globojančių suaugusiųjų. Yra sunkiau tuomet, kai mažas vaikas nerodo jokių nerimo, pykčio ar liūdesio jausmų išsiskirdamas su juo besirūpinančiais suaugusiais. Tokiam vaikui bus sunkiau užmegzti ryšį ir su naująja šeima.

Kadangi vaikai iki trejų metų neturi gerai išvystytų kalbinių gebėjimų, atkreipkite ypatingą dėmesį į specifinius, neverbalinius šių vaikų rodomus ženklus. Tokio amžiaus vaikai jaučiasi saugesni namų aplinkoje, todėl **pirmieji kontaktai su nauja šeima gali vykti jūsų namuose**, t. y. vaikui pažįstamoje vietoje.

Vyresni nei trejų metų vaikai jau gali verbalizuoti, todėl jie gali kalbėti apie savo išgyvenimus, pasidalinti su jumis savo lūkesčiais, nerimu. **Jei tik vaikas rodo poreikį kalbėti, kalbėkite su juo.** Vaikui gali kilti daugybė klausimų: Kodėl jis yra perkeliamas? Ar jis kuo nors nusikalto? Ar jūs jo daugiau nenorite? Ar jis dar pamatys jus? Kaip jis gyvens toliau? Ar nauja šeima taip mylės kaip jūs? Koks bus jo kambarys? Pasistenkite nuoširdžiai atsakyti į vaiko klausimus. Vaikui labai svarbu žinoti, kaip pasikeis jo būsimasis gyvenimas, pvz., jis gali išvykti gyventi į kitą šalį ar miestą, gali pradėti lankyti naują mokyklą, kt.

Labai svarbu, kad **per pirmąjį vaiko ir jo naujos šeimos susitikimą dalyvautumėte kartu**, nes vaikas jus jau pažįsta ir jaučiasi su jumis saugus. Visiškai normalu, kad prieš pirmąjį susitikimą vaikas labai nerimauja. Pirmojo kontakto su būsimais globėjais (įtėviais) metu jis gali slėptis jums už nugaros, prašyti ant rankų, nenorėti bendrauti su jam dar nepažįstamais žmonėmis. Tokiu atveju nefokusuodami dėmesio į vaiką kurį laiką tiesiog pasikalbėkite su būsimais įtėviais ar globėjais. Taip vaikas turės laiko ir erdvės apsiprasti. Jis pamatys, kad nauji suaugusieji nekelia jam jokios grėsmės, ir galės pamėginti inicijuoti su jais kontaktą.

Globėjai arba įtėviai gali į pirmąjį susitikimą su vaiku atsinešti žaislų. Dažnai vaikai, pradėję žaisti su žaislais, vėliau nori juos išsinešti. Šioje situacijoje rekomendacija būtų tokia: palikti vaikui kokį nors vieną jam patikusį žaislą, o likusius pasiimti. Kai vaikas jau persikels gyventi į naujus namus, juose ras žaislų, su kuriais žaidė dar gyvendamas jūsų namuose.

Kūdikiai ir vienerių metų mažyliai dar neturi gerai išvystyto laiko pojūčio, todėl kontaktai su globėjais ar įtėviais turėtų būti dažnesni, o laiko tarpas tarp šių kontaktų trumpesnis. Kai nauji įtėviai ar globėjai lanko vaikus, **padėkite jiems užmegzti kuo artimesnį ryšį su vaiku.** Jūs geriausiai pažįstate vaiką, žinote, ką jis mėgsta veikti, kaip jį geriau prisipratinti prie savęs. Pasidalinkite savo patyrimu – kas jums padėjo užmegzti ryšį su vaiku, kokius žaidimus mėgsta vaikas, ko jis bijo ir dėl ko nerimauja.

Patarkite, kad nauji vaiko tėvai/globėjai lankytųsi pas vaiką įvairiu dienos metu ir taip galėtų pažinti vaiko rutiną ir režimą. Pasistenkite sudaryti tam sąly-

gas. **Supažindinkite būsimus vaiko tėvius/globėjus su dienotvarke**, kurios paprastai laikotės savo namuose. Vaikams, ypač mažiems, labai svarbu, kad naujoje šeimoje būtų **laikomasi to paties ritmo**.

Jei globojate kūdikį, turėkite omenyje, kad kūdikiams yra labai svarbūs sensoriniai pojūčiai – jie įpranta prie kvapų, garsų, vaizdų. Papasakokite būsimiems vaiko globėjams ir tėviams, koku mielu, šampūnu paprastai prausiate vaiką, prie kokių čiuptukų jis yra įpratęs. Net skalbimo miltelių, kuriais yra plaunama vaiko patalynė, kvapas yra labai svarbus.

Per susitikimus su naujais tėvais/globėjais **parodykite vaikui, kad jūs pasitikite šiais suaugusiais**. Pvz., galite paprašyti naujų tėvų pamaitinti vaiką, pakeisti jam sauskelnės, paimti ant rankų ir nuraminti ar pan.

Po dviejų ar trijų apsilankymų jau galite išleisti vaiką su naujais tėvais ar globėjais kur nors kartu išeiti pasivaikščioti – į parką, suvalgyti ledų į kavinę ar pan. Labai svarbu, kad jūs patys tą pasiūlytumėte šeimai. Taip vaikas gauna žinutę: „Aš pasitikiu šiais žmonėmis. Jie tavimi gerai pasirūpins ir po kurio laiko grįšite atgal namo“.

Įtėviai ar globėjai gali apsilankyti su vaiku jo naujuose namuose. Būtų gerai, kad prieš šį apsilankymą jie parodytų vaikui naujų namų nuotraukas, pvz., vaiko kambario nuotraukas. Taip pat galima vaikui parodyti kitų vaikų (jei tokių yra) nuotraukas. Galima parodyti ir naminių gyvūnėlių, jei tokių yra, nuotraukas.

Kai vaikas išsikrausto iš jūsų namų, svarbu, kad šiame procese dalyvautų ir jo būsimi tėviai/globėjai. **Jūs visi kartu galite padėti vaikui susikrauti ir supakuoti daiktus**. Tokio amžiaus vaikai dažnai turi mėgstamiausių žaislų – tokių (pvz., pliušinių meškiukų, lėlyčių), su kuriais jie užmiega arba kurie padeda jiems nusi raminti. Jie dar vadinami pereinamaisiais prierašumo objektais. Vaikas, kraus tydamasis gyventi į naujus namus, **gali pasiimti pereinamuosius objektus arba kitus jo mėgstamus žaislus**.

Svarbiausi jūsų uždaviniai ruošiant vaiką persikraustyti į naują šeimą yra šie:

1. Pasistenkite, kad vaiko išsiskyrimas su jumis sukeltų jam kuo mažesnes trauminės pasekmes. Tam labai svarbu, kad jūs paruoštumėte vaiką iš-

siskyrimui, nesukeltumėte jam kaltės jausmų. Paaiškintumėte vaikui, kodėl jis yra perkeliamas, būtinai užtikrintumėte, jog nesiekiate jo atstumti.

2. Paskatinkite saugų ir palaipsninį vaiko susipažinimą su nauja šeima, leidžiant vaikui įgyti pasitikėjimą jo naujais globėjais ar įtėviais.
3. Suteikite galimybę vaikui priprasti prie naujos šeimos. Kalbėkitės su vaiku apie jo naują šeimą, dalyvaukite pirmuose vaiko ir jo naujų tėvų/globėjų susitikimuose.
4. Neskubinkite vaiko išėjimo iš jūsų namų. Prisiminkite, kaip vaikas atėjo į jūsų namus ir kiek pastangų reikėjo įdėti ir jums, ir vaikui kuriant jūsų tarpusavio santykį. Vaikui taip pat reikia laiko priprasti prie naujos šeimos.
5. Leiskite vaikui pasiimti į naujus namus mėgstamų žaislų arba daiktų, prie kurių jis yra prisirišęs.
6. Jeigu įmanoma, aplankykite vaiką, kai jis jau gyvens kartu su savo naujais tėvais arba globėjais, ir parodykite, kad jis yra jums svarbus, net jeigu daugiau ir negyvenate kartu.

8.2. KAI VAIKAS PALIEKA JŪSŲ NAMUS

Jei esate vaiko globėjas, vaikas jūsų namus gali palikti dėl įvairių priežasčių:

- Vaikas gali būti grąžintas į biologinę šeimą;
- Gali būti priimtas sprendimas įvaikinti vaiką;
- Vaikui gali sukakti 18 metų ir jis pradeda savarankišką gyvenimą;
- Vaikas gali atsisakyti gyventi su jumis ir jam buvo rasta nauja globėjų šeima;
- Jūs patys nuspręsite atsisakyti vaiko globos;
- Yra keičiami vaiko globėjai, nes jūs tinkamai nevykdėte savo kaip globėjų įsipareigojimų.

Kai vaikas palieka jūsų namus, jums gali kilti daugybė jausmų, minčių, klausimų. Emociškai jums gali būti labai sunku išsiskirti su vaiku. Gali kilti liūdesys, pyktis, neviltis, nerimas. Tačiau jūs galite džiaugtis, jog vaikas grįžta į savo biologinę šeimą arba atsirado šeima, norinti jį įvaikinti. Jei jums buvo sunku globo-
ti vaiką (pvz., jis turėjo rimtų elgesio problemų), gali ateiti net palengvėjimas. Galbūt jausitės kalti dėl tokių savo jausmų. Prisiminkite, kad visi šie jūsų jausmai yra normalūs ir suprantami. Nėra lengva išsiskirti su vaiku, prie kurio prisirišote. Nesmerkite savęs už šiuos išgyvenimus.

Jums gali kilti įvairių klausimų, pvz.: kaip pasakyti vaikui, jog jis turės išvykti; kada jam apie tai pasakyti; kokius daiktus vaikas turi pasiimti ir kt. Pabandykime atsakyti į šiuos klausimus.

Jūs ką tik sužinojote, kad vaikas palieka jūsų šeimą. Nepaisant to, kad jūs galėjote ruoštis šiam procesui ir žinojote, kad vaikas, pvz., bus grąžintas į biologinę šeimą, jums gali būti labai nelengva priimti šią žinią. Jums svarbu pasakyti šią žinią ir vaikui, bet prieš pasakydami turite susitvarkyti su savo jausmais. Net jei jaučiate stiprų liūdesį ar džiaugsmą, su vaiku turite kalbėti labai ramiai. Jei kalbėdami su vaiku atrodysite labai susijaudinę (pvz., verksite), vaikas gali pasijusti atsakingas už jūsų emocinę būklę. Ir jums, ir vaikui yra sunku išsiskirti. Jūs turite padėti vaikui susitvarkyti su jausmais. Neleiskite, kad įvyktų priešingai: vaikas neturi būti jūsų emocinis guodėjas.

Kas turi pasakyti, kad vaikas palieka jūsų namus. Paprastai žinia, kad vaikas palieka jūsų šeimą, nėra netikėta, nes vaikas yra laipsniškai ruošiamas perkelti į naują šeimą. Kartais ši žinia gali būti ir netikėta, pvz., teismas nusprendė, kad vaikas gali būti grąžintas į biologinę šeimą, nors jūs galbūt to ir nesitikėjote. Pasakyti apie tai vaikui turite jūs arba socialinis darbuotojas, su kuriuo paprastai bendradarbiaujate. Tai priklauso nuo situacijos. Kartais vaikas labai gerai sutaria su socialiniu darbuotoju, todėl šią žinią gali pranešti pastarasis. Tačiau dažniausiai šią žinią vaikams turite pasakyti jūs. Galite pasikalbėti su socialiniu darbuotoju, kaip geriausia būtų pasakyti šią žinią vaikui.

Kaip man pasakyti vaikui? Atvirumas ir geranoriškumas yra dvi svarbiausios taisyklės. Kiekviena situacija yra labai skirtinga. Deja, nėra universalių taisyklių. Ramiai ir paprastai pradėkite: „Šiandien su manimi susisieks Vaiko teisių apsaugos tarnyba ir pasakės...“ Kalbėkite tiesiai, nevyniokite žodžių į vatą, vartokite paprastus, vaikui suprantamus žodžius. Jei vaikas labai apsidžiaugė išgirdęs, jog grįš į savo biologinę šeimą, pasidžiaukite kartu su juo. Tačiau žinia gali suteikti vaikui ir daug nerimo – jis gali baimintis vėl patirti skaudžius įvykius savo tėvų šeimoje arba naujoje įtėvių šeimoje. Vaikui gali būti baisu grįžti pas savo tėvus. Tokiu atveju nežadėkite vaikui to, dėl ko nesate tikri („Tau tikrai ten bus gerai“ ir pan.). Pasistenkite rasti pozityvių dalykų, pvz.: „Tavo tėvai labai stengėsi norėdami susigrąžinti tavę atgal į šeimą“, „Socialinis darbuotojas pasakė, kad tau patiks nauji namai, nes...“

O kas, jei nauji namai, į kuriuos yra perkeliamas vaikas, jam nepatiks? Gali būti, jog jums neramu dėl šeimos, į kurią yra perkeliamas vaikas. Jūs galite nerimauti, jog vaiko biologiniai tėvai vėl gers arba tinkamai neprižiūrės vaiko. Tačiau jūs vaikui tikrai nepadėsite, jei pradėsite jam sakyti, kad namuose, į kuriuos jis yra perkeliamas, yra blogai. Sukelsite dar stipresnį vaiko nerimą. Savo baimėmis pasidalinkite su specialistais, su kuriais bendradarbiaujate. Nežadėkite vaikui: „Tavo mama tikrai daugiau niekada negers“ arba „Tavo tėvas daugiau tavęs nemuš“. Geriau pasakykite pozityviai: „Tavo mama labai stengėsi liautis gerti“ arba „Tavo tėvas buvo kursuose, kur jis mokėsi bendrauti su vaikais“.

Ar vaikas negalvos, kad aš jo daugiau nemyliu? Daug globėjų dėl to nerimauja. Užtikrinkite vaiką, kad jūs tikrai jį mylite, jis jums svarbus ir rūpi. Ramiai pasakykite, jog jūs jo labai pasiilgsite.

Ar aš galėsiu bendrauti ir matytis su vaiku? Tolesnė jūsų bendravimo su vaiku tvarka bus derinama tarpininkaujant savivaldybės Vaiko teisių apsaugos skyriui. Vaikas turi teisę palaikyti ryšį su žmonėmis, kurie jam yra svarbūs. Paprastai jei vaikas ir jo buvęs globėjas nori palaikyti ryšį ir nėra nustatyta jokių faktų, jog šis bendravimas gali daryti vaikui žalą, jie gali palaikyti tęstinius santykius.

Kaip greitai iki vaiko išvykimo iš namų aš turiu pasakyti, kad jis išvažiuoja? Kartais teismas nusprendžia, kad vaikas turi būti perkeltas labai greitai, kartais

tai užtrunka kelias savaites arba mėnesius. Laikas, jei tokio turite, padeda nugalėti baimes ir nerimą. Prisiminkite, kad vaikui taip pat reikia laiko pasiruošti persikelti į naują šeimą. Atsižvelkite į vaiko amžių: mažiems vaikams, kurie dar neturi laiko suvokimo, nereikėtų sakyti naujienos prieš mėnesį. Vyresniems vaikams svarbu pasakyti kuo anksčiau, kad jie turėtų laiko apsiprasti su šia žinia ir pasiruošti persikelti.

Ką vaikas turėtų pasiimti į naują šeimą? Vaikai mėgsta kaupti daiktus. Nepriklausomai nuo to, ar vaikas jūsų šeimoje buvo dvi savaites, ar dvejus metus, jis prikaupė įvairių daiktų ir laiko juos „savais“. Vaiko savivertei bus labai skausminga, jeigu jūs išsiųsite jį iš namų tik su maišeliu, į kurį sukrausite jo išaugtus drabužius, su kuriais jis atvyko į jūsų šeimą.

Jeigu pradėjote rengti kartu su vaiku gyvenimo knygą, vaikas turėtų ją pasiimti. Kartu paduokite vaikui ir jo nuotraukas. Galite išsiųsti vaiko naujai šeimai vaiko dienotvarkę (kurios jūs paprastai laikydavotės), vaiko sveikatos istorijos užrašus, svarbiausių vaiko pasiekimų aprašą (pvz., kada jis išmoko važiuoti dviračiu, kada išmoko plaukti ir pan.).

Jeigu globojote kūdikį, naujai šeimai įdėkite vaiko apklotėlį, pižamą, kurią jis vilkėjo. Kūdikui labai svarbu, kad jis jaustų pažįstamą kvapą. Jei kūdikis jau žaidžia, įdėkite jo mėgstamų žaislų. Būtinai paaiškinkite naujai šeimai, kaip vaikui patinka būti nešiojamam, kokia yra jo dienotvarkė (ją galite net užrašyti), su kokiais žaislais vaikas mėgsta žaisti. Pasidalinkite su naująja šeima bet kokia informacija, kuri padėtų vaikui greičiau prisitaikyti naujuose namuose.

Išlydėkite vaiką su pozityviomis emocijomis. Galite leisti sau išsiverkti, kai durys užsidarys. Užtikrinkite save, kad padarėte geriausia, ką galėjote. Jūs rūpinotės vaiku, kai jam labai reikėjo tėvų. Jis turi šviesesnę ateitį jūsų dėka.

8.3. SPRENDIMAS ĮVAIKINTI GLOBOJAMĄ VAIKĄ

Kai kurie globėjai yra tikri, kad jie nori įvaikinti savo globojamą vaiką. Kiti nėra tuo tikri. Tai yra svarbus sprendimas, kuris turi būti paremtas racionaliais

argumentais, ne tik emociniais. Net jeigu viduje jaučiatės tikri, atsakę į žemiau pateiktus klausimus galėsite įsitikinti, ar jūs iš tikrųjų pasiruošę, ar ne:

1. Ar aš galiu besąlygiškai priimti vaiką? Ar galiu priimti vaiko praeitį?
2. Ar aš galiu įsipareigoti visam gyvenimui?
3. Ar aš realistiškai įvertinau vaiko poreikius ir problemas?
4. Ar mūsų šeima turi pakankamai gebėjimų, resursų ir energijos patenkinti vaiko poreikius ir susidoroti su iššūkiais?
5. Ar kiti mano šeimos nariai pritaria mano idėjai įsivaikinti vaiką?
6. Kokį poveikį mūsų šeimai turės įvaikinimas?
7. Ar reikėtų atsižvelgti į amžių ir sveikatos būklę (ir vaiko, ir globėjų)? Ar mes norėtume palaikyti ryšius tarp vaiko ir jo biologinių tėvų, brolių/seserų, kitų giminių?

Jeigu jūs domitės galimybe įvaikinti jūsų globojamą vaiką, pasikalbėkite su vaiko teisių apsaugos specialistais. Papasakokite jiems apie savo ketinimus. Galite pasikalbėti ir su kitais globėjais, kurie įvaikino savo globojamus vaikus. Paklauskite jų apie patirtis, išgyvenimus, dabartinius džiaugsmus ir sunkumus.

8.4. VAIKO PALYDĖJIMAS Į SAVARANKIŠKĄ GYVENIMĄ

Daugumai tėvų jų vaikų rengimas savarankiškam gyvenimu yra visą gyvenimą trunkantis uždavinys, prasidedantis labai ankstyvoje vaikystėje. Kiekvieną kartą, kai vaikas išmoksta naujo gyvenimo įgūdžio, pvz., užsirišti batus arba susitepti sumuštinį, jis yra žingsniu arčiau prie savarankiško gyvenimo sėkmės. Paauglystėje pasiruošimas suaugusiųjų gyvenimui įgauna naują svarbą, nes tėvai pradeda mokyti vaikus naujų įgūdžių, pvz., apsipirkti parduotuvėje, suplanuoti meniu ir pan.

Šiuolaikinėje visuomenėje pilnametystės sulaukę jaunuoliai neskuba išvažiuoti iš tėvų namų ir ieškoti savo būsto. Dažnai, kol dar studijuoja, jie yra finansiš-

kai priklausomi nuo savo tėvų. Atsiskyrimas nuo tėvų – ir finansinis, ir emocinis – yra laipsniškas procesas. Tačiau kai kurie jaunuoliai labai skuba pradėti gyventi savarankiškai, trokšta kuo greičiau pajusti visiškos nepriklausomybės ir laisvės skonį. Vaikas, ilgą laiką gyvenęs globos namuose, gali labiau norėti atsiskirti nuo suaugusiųjų ir pats reguliuoti savo gyvenimą. Kartais aplinkybės lemia taip, jog baigęs mokyklą vaikas išsikrausto iš namų, pvz., išvyksta studijuoti į kitą miestą arba kitą šalį.

Pilnametystės sulaukusio vaiko išleidimas į savarankišką gyvenimą gali kelti daugybę prieštarų jausmų. Jus gali apimti kartu ir džiaugsmas, ir liūdesys, nerimas dėl vaiko ateities. Galbūt ateis palengvėjimas. Labai svarbu, kad **ruoštumėtės vaiko pilnametystei, įsisąmonintumėte su tuo susijusius savo jausmus** ir tai, kaip jie veikia jūsų ir vaiko elgesį. Taip pat labai svarbu **įsisąmoninti lūkesčius**, kuriuos puoselėjate dėl vaiko išėjimo į savarankišką gyvenimą. Kai kuriems jaunuoliams gali būti labai sunku atsiskirti nuo jūsų. Emociškai jie gali būti nepasiruošę gyventi savarankiškai ir savarankiško gyvenimo idėja gali juos labai gąsdinti. Kai kuriems vaikams reikia duoti laiko subręsti, o kai kuriuos – tiesiog paleisti.

Daug jaunuolių, kai ateina laikas, pradeda sėkmingą savarankišką gyvenimą. Kai kurių jaunuolių kelias į brandą ir savarankiškumą nėra lygus ir lengvas, jie patiria įvairių sunkumų. Net jei jaunuolis nesugeba sėkmingai prisitaikyti gyventi savarankiškai, neturėtumėte kaltinti savęs už jau suaugusio žmogaus poelgius. Tiesiog (jei turite galimybę) palikite atdaras duris tiems vaikams, kurie nori pasikeisti, suteikite jiems emocinį palaikymą.

Fizinis išsiskyrimas (kai jūs negyvenate kartu) dar nereikia, jog išsiskiriate ir emociškai. Emocinis ryšys, kurį sukūrėte su vaiku, gali trukti visą gyvenimą. Vaikas išeina į savarankišką gyvenimą su pozityvia patirtimi, kurios įgijo gyvendamas su jumis, o šią patirtį jis gali perkelti į kitus santykius, kuriuos sukurs jau gyvendamas savarankiškai.

SANTRAUKA

- Lengviau padėti vaikui įveikti atsiskyrimo nuo suaugusiųjų, prie kurių jis prisirišęs, traumą, nei sumažinti situacijos, kuomet vaikas neturėjo galimybės suformuoti prieraišumo ryšių, pasekmes. Tad negalima sakyti, kad visada geriau globon pasiimti visai mažą vaiką.
- **Vaikas, jūsų globotinis, jūsų namus gali palikti dėl šių priežasčių:**
 - jis gali būti grąžintas į biologinę šeimą;
 - gali būti priimtas sprendimas įvairinti vaiką;
 - vaikui gali sukakti 18 metų ir jis pradeda savarankišką gyvenimą;
 - vaikas atsisako gyventi su jumis ir jam buvo rasta nauja globėjų šeima;
 - jūs patys nusprendėte atsisakyti vaiko globos;
 - keičiami vaiko globėjai, nes jūs tinkamai nevykdėte savo kaip globėjų įsipareigojimų.
- **Patarimai, kaip padėti vaikui išeiti į kitus namus:**
 - paaiškinkite vaikui, kodėl jis yra perkeliamas, užtikrinkite, jog nesiekiate jo atstumti;
 - per pirmąjį vaiko ir jo naujos šeimos susitikimą dalyvaukite kartu;
 - padėkite naujiems tėvams/globėjams užmegzti daugiau artimo kontakto su vaiku;
 - patarkite, kad nauji vaiko tėvai/globėjai lankytųsi pas mažylį įvairiu dienos metu;
 - papasakokite būsimiems vaiko globėjams ir įtėviams, koku mui-lu, šampūnu paprastai prausiate vaiką, prie kokių čiuolptukų jis yra įpratęs ir pan.;
 - per susitikimus su naujais įtėviais/globėjais parodykite vaikui, kad jūs pasitikite šiais suaugusiais;
 - kai vaikas išsikrausto iš jūsų namų, svarbu, kad šiame procese dalyvautų ir jo būsimi įtėviai/globėjai. Jūs visi kartu galite padėti vaikui susikrauti ir supakuoti daiktus.

- Išlydėkite vaiką su **pozityviomis emocijomis**. Ir jums, ir vaikui yra sunku išsiskirti. Jūs turite padėti vaikui susitvarkyti su jausmais, o ne jis turi būti jūsų emocinis guodėjas.
- Geriausia, jei vaikui apie jo perkėlimą į naują šeimą pasakytumėte jūs.
- Vaikui patartina apie pasikeitusią situaciją pasakyti atvirai ir geranoriškai.
 - Jei vaikas labai apsidžiaugė sužinojęs, jog grįš į savo biologinę šeimą, **pasidžiaukite kartu su juo**.
 - Jei žinia suteikė vaikui daug nerimo – **nežadėkite to, dėl ko nesate tikri**. Pasistenkite rasti pozityvius teisingus dalykus.
- Pilnametystės sulaukusio vaiko išleidimas į savarankišką gyvenimą gali kelti daugybę prieštaringų jausmų. Labai svarbu, kad **ruoštumėtės vaiko pilnametystei, įsisąmonintumėte su tuo susijusius savo jausmus** ir tai, kaip jie veikia jūsų ir vaiko elgesį. Taip pat labai svarbu **įsisąmoninti lūkesčius**, kuriuos puoselėjate dėl vaiko išėjimo į savarankišką gyvenimą.



9. RESURSAI IR PARAMA

9.1. RŪPINIMASIS SAVIMI

Nustačius vaikui globą ar įvaikinus, pagrindiniais asmenimis jam tampa globėjai ir tėviai. Jų šeimoje vyraujanti emocinė ir formali aplinka yra viena iš pagrindinių sąlygų vaikui pasijusti saugiai, pozityviai išgyventi ir susigyventi su savo praeitimi. Yra nustatyta, kad tik vaikui pasijautus saugiam, kai tenkinami visi jo būtiniausi poreikiai, jis pradeda tyrinėti pasaulį ir mokytis visų reikalingų socialinių įgūdžių.

Todėl globėjams ir tėviams svarbu laikytis tokių nuostatų: vaikas, ateinantis į jūsų šeimą, negali būti kieno nors pakaitalas; vaiko atėjimas į šeimą negali būti siejamas su kuriu nors iš šeimos narių (pvz., biologiniams vaikams, sutuoktiniui) laiko, dėmesio sumažinimu; ateinantis į šeimą vaikas yra pilnavertis šeimos narys, turintis aiškią vietą, vaidmenį šeimoje.

Natūralu, kad tėviams ir globėjams tenka perplanuoti savo dienos, šeimos pomėgių ir hobiai, bendravimo, darbo veiklas ir laiką. Tai verta numatyti ir daryti jau iš anksto, belaukiant vaiko.

Svarbi yra globėjų ir tėvių savijauta, turinti tiesioginį poveikį visos šeimos gyvenimui. Perplanuojant laiką, svarbu nepamiršti rūpinimosi savimi ir savų poreikių. Tėvystė savaime suteikia mums emocinį pasitenkinimą, patenkina natūralius mūsų poreikius. Bet tėvystė lydimas ir įsipareigojimų vaikui. Tėviai ir globėjai privalo rūpintis vaiku, megzti ryšius su juo, kurti saugumo, tęstinumo ir saviraiškai palankias sąlygas. Tai yra didelis iššūkis, reikalaujantis iš globėjų ir tėvių laiko, emocinių ir fizinių jėgų, laikino savo veiklų apribojimo bei pagalbos vienas kitam.

Svarbu atsiminti tai, kad tėvystė nėra paremta aukojimosi poreikiu. Tėvystė yra fiziologinis, emocinis ir psichologinis poreikis, ateinantis kiekvienam tam tikru metu. Tėvystė suaugusių žmonių turėtų būti priimama kaip natūralus vaidmuo šiame jų gyvenimo etape. Aukojimasis tėvystėje nereikalingas. Beje, vaikai neprašo tėvų aukotis. Jiems reikalinga meilė, rūpestis, saugumas, supratimas.

Rūpintis savimi reiškia gebėjimą skirti laiko savo pomėgiams, laisvalaikiui, pabuvimui su sutuoktiniu/sutuoktine. Šis poreikis turėtų išlikti visais įvaikinimo

ar globos etapais. Nėra taip: „dabar skiriu save vaikui, paskui jau vyrui/žmonai, kitiems artimiesiems ir savo pomėgiams“. Dažnai toks skirstymas gali sugriauti sutuoktinių santykius.

Verta prisiminti, kad vaikui reikia abiejų tėvų, besidžiaugiančių vienas kitu ir visa šeima.

Dažnai manoma, kad vaikams reikia atiduoti kas geriausia. Vaikai geba pasakyti, parodyti ženklais, ko jie nori. Reikia įsiklausyti į jų kalbą, suprasti jų ženklus. Jeigu vaikas prašo duonos – tai ir duokime duonos, netepkime sviesto...

Gebėjimas rūpintis savimi padeda vaikui sukurti saugumo jausmą. Jis tai stebi, analizuoja ir supranta, kad rūpintis savimi yra labai normalu.

Prarasdami gebėjimą rūpintis savimi, rizikuojame prarasti autoritetą vaiko akyse. Kita vertus, tapdami „aukotojais“, to paties tikimės iš vaiko.

Paauglystėje sulaukiame rezultato – „O kas tavęs prašė aukotis?“

9.2. TĘSTINĖ PARAMA ĮTĖVIAMS IR GLOBĖJAMS

Viena iš tęstinės paramos globėjams ir tėviams formų yra tęstiniai mokymai pagal GIMK programą. Ši forma turi privalumų, nes per tęstinius mokymus tobulinamos penkios gebėjimų, būtinų globėjams ir tėviams, sritys. Tai yra įvairių mokymų tęstinumas. Tęstinių mokymų ciklą sudaro 69 valandų mokymai grupėje. Šiuose mokymuose dalyvauja tėviai ir globėjai, jau auginantys vaikus savo šeimose. Tęstinių mokymų ciklą sudaro grupiniai mokymai tokiomis temomis:

Rizikos grupių vaikų vystymosi poreikių tenkinimo pagrindai. Aptariamasis savivertės suvokimas ir vertinimas, savivertės formavimas ir elgesio reikšmės suvokimas; bendravimas su vaikais ir paaugliais.

Drausmės reikšmė vaiką globojant, auklėjant ir tenkinant jo vystymosi poreikius. Mokymų metu atkreipiamas dėmesys į pozityvaus elgesio skatinimo

reikšmę, atsakomybės jausmo skatinimą ir reagavimą į nepriimtina elgesį bei reagavimą į iškilusius sunkumus.

Lytinio ugdymo klausimai. Ši tema skiriama globėjų ir įtėvių įgūdžiams ugdyti vaikų lytinio švietimo ir auklėjimo srityje.

Pagalba vaikams, esant seksualinės prievartos požymiams ir simptomams. Nagrinėjant šią temą aptariamas seksualinės prievartos suvokimas bei reagavimas į seksualinę prievartą. Atkreiptinas dėmesys, kad netinkamas ir seksualizuotas elgesys su vaiku yra vertinamas kaip seksualinė prievarta.

Vaiko ir jo šeimos ryšių palaikymas. Per šiuos užsiėmimus dar kartą atkreipiamas globėjų ir įtėvių dėmesys į biologinės vaiko šeimos svarbą jo gyvenime. Kalbama apie vaiko bei jo biologinės šeimos ryšių reikšmę, globėjų ir įtėvių paramą palaikant vaiko ir jo biologinės šeimos ryšius. Taip pat dar kartą akcentuojama, kad globėjams ir įtėviams svarbu tapti partneriais su vaiko tėvais auklėjimo tikslais.

Darbas kaip profesionalios komandos nario. Globėjai ir įtėviai, sprenddami šeimos ir vaiko rūpesčius, dažnai susiduria su specifinėmis problemomis. Šios problemos nėra būdingos įprastose šeimose. Todėl šiame skyriuje aptariama komandinio darbo svarba ir komandinio darbo įgūdžių tobulinimas, globėjų ar įtėvių kompetencijų vystymasis dirbant komandoje bei konfliktų komandiniame darbe sprendimo galimybės.

Vaiko asmeninės ir kultūrinės tapatybės skatinimas. Šioje temoje dėmesys skiriamas gebėjimui efektyviai bendradarbiauti su kitų kultūrų žmonėmis. Aptariama svarbi paramos vaikui priemonė „Vaiko gyvenimo knyga“ ir jos kūrimas.

Ilgalaikių ryšių skatinimas. Per mokymus nagrinėjamos tokios temos: pastovumo užtikrinimas planuojant globą; pastovumą užtikrinančių sprendimų suvokimas; parama vaikui jį grąžinant ar perkeltant į įtėvių šeimą; įvaikinimas šeimoje, kuri iki įvaikinimo jį globojo.

Gebėjimas taikyti globėjų patirtį. Šioje dalyje ypatingas dėmesys skiriamas globėjų ir įtėvių patirčiai. Vienas iš iššūkių tiek globėjams, tiek įtėvių šeimoms yra pokyčių, susijusių su vaiko atėjimu į šeimą, įveikimas šeimoje.

Ši programa yra skirta jau globojančioms ar įvaikinusioms vaikų šeimoms mokyti bei globos kokybei užtikrinti. Rūpinimasis vaikais, kurių raidos poreikiai nebuvo pakankamai tenkinami, yra didelis iššūkis. Globėjai ir įtėviai neretai teigia, jog pagalba ypač reikalinga globojant ar auginant vaiką. Tuomet iššūkiai tampa akivaizdūs. Kitas šios programos tikslas yra skatinti suaugusiuosius siekti nuolat tobulėti, dalintis savo patirtimi, kuo kokybiškiau tenkinti augančių vaikų poreikius.

Tęstiniai mokymai vykdomi grupėse. Į juos dalyvius nukreipia Vaiko teisių apsaugos skyriai. Įtėviai kursų gali lankyti savo pageidavimu, globėjams, esant akivaizdžioms problemoms, gali būti privalomai rekomenduojamas mokymasis. Tęstinius mokymus veda atestuoti GIMK mokytojai. Šių mokymų metu dalyviai gali keistis patirtimi, analizuoti priežastis ir pasekmes bei numatyti savo elgesio, savijautos modelius.

9.3. KOMANDINIS DARBAS SU VAIKO TEISIŲ SPECIALISTAIS, GIMK MOKYTOJAIŠ, KITAIS SPECIALISTAIŠ

Auginti įvaikintą ar globojamą vaiką šeimoje yra didelis iššūkis suaugusiems. Įtėviai ir globėjai susiduria su problemomis, kurios nėra įprastos šeimoje. Verta prisiminti, kad vaikas, atėjęs į šeimą, jau turi savo praeitį. Globa įpareigoja sudaryti sąlygas vaikui bendrauti su biologine šeima. Įtėvių šeimoms tokio įpareigojimo nėra. Tačiau GIMK programa ypač rekomenduoja „nenusavinti“ ar nenuslėpti vaiko kilmės. Kita vertus, daug nerimo globėjams ir įtėviams kelia tai, kaip apie tai kalbėtis su vaiku, kaip vaikas reaguos į informaciją ir pan. Tai nuolat lydintis jausmas, todėl ypač rekomenduojamas tęstinis bendravimas su GIMK specialistais.

Reikšmingas globėjų ir įtėvių gebėjimas bendradarbiauti. Dažniausiai globos ar įvaikinimo pasekmė yra tai, kad šeimos turėtų būti „atviresnės“ bendra-

darbiaudamos su Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistais, GIMK mokytojais. Bendradarbiavimo turinys ir formos gali būti labai įvairios. Verta įsidėmėti, kad Vaiko teisių apsaugos skyriai dažniau gali padėti sprendžiant ir organizuojant bendravimą su vaiko biologine šeima, nukreipti globėjus ar tėvius į individualias konsultacijas, mokymus ar kitokią pagalbą. GIMK mokytojai teikia konkrečią pagalbą globėjams ar tėviams: individualias konsultacijas (globojamo ar įvaikinto vaiko priežiūros, ugdymo klausimais, vaiko elgesio adaptacijos laikotarpiu ir pan.), organizuoja ir veda savipagalbos grupes (dalyviai tėviai ir globėjai), veda tęstinius mokymus. Praktika rodo, kad efektyviausia teikti pagalbą abiem sutuoktiniams. Abu sutuoktiniai yra atsakingi už vaiko gerovę šeimoje.

Globėjams ir tėviams neretai iškyla ypač daug klausimų dėl vaiko mokymosi, pedagoginio ir emocinio apleistumo pasekmių ir noro jas įveikti, vaiko sveikatos. Svarbu, kad bendraujant su kitais specialistais, būtų aiškiai įvardijama problema, santykis su vaiku (pagal vaiko kilmę) bei organizuojama tinkama pagal vaiko amžių pagalba.

Bendraujant su įvairiais specialistais svarbu prisiminti, kad kalbame apie vaiko poreikius.

9.4. INDIVIDUALAUS VAIKO GLOBOS (RŪPYBOS) PLANO SUDARYMAS IR JO ĮGYVENDINIMAS

Nustatant vaikui globą (rūpybą), sudaromi individualūs globos (rūpybos) planai. Tokio plano pagrindiniai tikslai yra: įvertinti esamą situaciją ir galimybes vaikui gyventi šeimoje ar pas globėją, įvertinti vaiko poreikius bei nuomonę ir rasti priemones poreikiams tenkinti. Vaiko globos (rūpybos) plano sudarymo, priežiūros ir peržiūros iniciatorius yra savivaldybių Vaiko teisių apsaugos skyriai. Globos plano peržiūrą gali inicijuoti ir vaiko biologiniai tėvai, ir vaiko globėjai.

Individualus vaiko globos (rūpybos) planas dažniausiai turi tokias dalis: *formali informacija apie plano sudarymo aplinkybes* (kas dalyvauja, kokiomis aplinkybėmis vyksta plano sudarymas); *vaiko globos perspektyva* (vaiko amžius, buvę ir esami vaiko globėjai, prierašumo asmenys, situacija jo biologinėje šeimoje); *fizinė raida ir sveikatos būklė* (vaiko vystymosi raida, fizinė sveikata); *vaiko savitvarka ir būtiniai įgūdžiai* (vaiko gebėjimai, sietini su jo savarankiškumo lygiu); *pažintinis vystymasis* (vaiko mokymosi pasiekimai, jo pomėgiai ir užklasinė veikla); *socialinių ryšių tinklas ir bendravimas su šeima* (bendravimas su vaikui reikšmingais žmonėmis, jo adaptacija ar gebėjimai adaptuotis naujoje aplinkoje, ryšiai su biologine šeima, ryšiai globėjų šeimoje); *psichinė sveikata, emocinė sfera ir elgesys* (vaiko emocijų raiška, elgesys įvairiose situacijose, savivertė, emocinė būseną); *teikiama pagalba vaikui* (kokie specialistai ir kokią pagalbą teikia vaikui, įsteigus globą); *priemonių planas kitam laikotarpiui* (šiam skyriuje numatomos priemonės, paskiriami atsakingi už priemonių įgyvendinimą asmenys ir laiko ribos). Paskutinėje dalyje numatomas globos peržiūros laikas.

Svarbu yra tai, kad globos (rūpybos) plane matytųsi vaiko poreikiai ir jų tenkinimo galimybės, jo vystymosi pokyčiai. Sudarant vaiko globos (rūpybos) planą, svarbu išskirti stipriąsias ir silpnąsias vaiko puses.

Praktikoje globos (rūpybos) planų sudarymą, peržiūrą ir priežiūrą vykdo vaiko teisių apsaugos skyrių specialistai. Planai sudaromi dalyvaujant specialistams, susijusiems su vaiko gyvenimu. Sudarant planą svarbus globėjų (rūpintojų) bei vaiko biologinių tėvų dalyvavimas. Atsižvelgiant į amžių, sudarant planą gali dalyvauti ir pats vaikas.

Praktikoje vaiko globos (rūpybos) planas dažniau peržiūrimas, kai jam yra nustatyta laikinoji globa. Kai vaikui nustatyta nuolatinė globa (rūpyba), globos planas peržiūrimas vieną kartą per metus.

- **Tėvystė nėra paremta aukojimusi.** Vaikai neprašo iš tėvų aukojimosi. Jiems reikalinga meilė, rūpestis, saugumas, supratimas.
- Viena iš tęstinės paramos globėjams ir įtėviams formų yra **tęstiniai mokymai pagal GIMK** programą. Mokymų ciklą sudaro 69 valandų mokymai grupėje. Šiuose mokymuose dalyvauja įtėviai ir globėjai, jau auginantys vaikus savo šeimose. Įtėviai kursus gali lankyti savo pageidavimu, o globėjams, esant akivaizdžioms problemoms, gali būti privalomai rekomenduojamas mokymasis. **Grupinių mokymų temos:**
 - Rizikos grupių vaikų vystymosi poreikių tenkinimo pagrindai.
 - Drausmės reikšmė vaiką globojant, auklėjant ir tenkinant jo vystymosi poreikius.
 - Lytinio ugdymo klausimai.
 - Pagalba vaikams, esant seksualinės prievartos požymiams ir simptomams.
 - Vaiko ir jo šeimos ryšių palaikymas.
 - Darbas kaip profesionalios komandos nario.
 - Vaiko asmeninės ir kultūrinės tapatybės skatinimas.
 - Ilgalaikių ryšių skatinimas.
 - Gebėjimas taikyti globėjų patirtį.
- Vaikus globojančioms ar įsivaikinusioms šeimoms **patartina daugiau bendradarbiauti** su Vaiko teisių apsaugos skyriaus specialistais, GIMK mokytojais.
 - **Vaiko teisių apsaugos skyriai** gali padėti sprendžiant ir organizuojant bendravimą su vaiko biologine šeima, nukreipti globėjus ar įtėvius individualioms konsultacijoms, mokymams ar kitai pagalbos formai.
 - **GIMK mokytojai** teikia konkrečią pagalbą globėjams ar įtėviams: teikia individualias konsultacijas, organizuoja ir veda savipagalbos grupes.

- Nustatant vaikui globą (rūpybą), sudaromi **individualūs globos planai**. **Plano tikslai:** įvertinti esamą situaciją ir galimybes vaikui gyventi šeimoje ar pas globėją, įvertinti vaiko poreikius bei nuomonę ir rasti priemonės poreikiams tenkinti. Plano sudarymo, priežiūros ir peržiūros iniciatorius yra savivaldybių Vaiko teisių apsaugos skyriai. Plano peržiūrą gali inicijuoti vaiko biologiniai tėvai, vaiko globėjai. **Plano dalys:**
 - formali informacija apie plano sudarymo aplinkybes;
 - vaiko globos perspektyva;
 - fizinė raida ir sveikatos būklė;
 - vaiko savitvarka ir buitiniai įgūdžiai;
 - pažintinis vystymasis;
 - socialinių ryšių tinklas ir bendravimas su šeima;
 - psichinė sveikata, emocinė sfera ir elgesys;
 - teikiama pagalba vaikui;
 - priemonių planas kitam laikotarpiui.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

- Adoption Resources of Wisconsin. *What Do These Behaviors Mean?* Foster Care and Adoption Resources Center, 2010.
- Alabama Department of Human Resources. *The Foster Parent Handbook: A Guide for Alabama's Foster Parents. State by Alabama, 2001.*
- Arkansas Department of Human Services, Division of Children and Families Services. *Foster Parent Handbook.* State of Arkansas, 2011.
- Babb, A., Laws, R. *Adoption and Advocating for the Special Needs Child. A Guide for Parents and Professionals.* United States of America: Bergin and Garvey, 1997.
- Brohl, K. *Working with traumatized children: A handbook for healing.* Mt.Morris, IL: Child Welfare League of America Press, 2007.
- Child Welfare Information Gateway. Sibling Issues in Foster Care and Adoption. A Bulletin for Professionals. 2006.
- Child Welfare Training Institute. *Parenting Physically Aggressive Children and Youth. Washington Edition Participant Guide.* United States of America: University of Southern Maine, 2007.
- Čekuolienė, D. *Prierašumas: teoriniai aspektai, tyrimai, intervencija.* Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2008.
- Dolby, R. *The Circle of Security: Roadmap to building supportive relationships.* Australia: Goanna, Camberra, 2007
- Emswiler, M.A., Emswiler, J.P. *Guiding your child through grief.* New York: Bantam Books, 2000.
- Fahlberg. *A Child's Journey through Placement.* USA: BAAF, 2011.
- Father Flanagan's Boys' Home. *Working with Aggressive Youth: A Sourcebook for Child Care Providers.* Boys Town Press, 1989.
- Fiorini, J.K., Mullen, J.A. *Counseling children and adolescents through grief and loss.* Campaign, IL: Research Press, 2006.
- Fraiberg, S.H. *The Magic Years.* New York: Fireside, 1959.
- Gailienė, D. *Vaikų ir paauglių psichologinės krizės ir traumos // Vaikų psichologinis konsultavimas.* Vilnius: Vilniaus universitetas, 2008.
- Glenn, S., Nelsen, J. *Raising Self-Reliant Children in a Self-Indulgent World.* New York: Three Rivers Press, 1998.
- Green S. *Fostering Children's Self-Esteem, School-Age Connections.* Vol. 15 (2), 2006.
- Globėjų ir įtėvių rengimo programa PRIDE, mokytojo knyga, I–X dalys.* Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba prie SADM, 2008
- Griciūtė, A. *Asmenybės psichinio atsparumo šaltiniai: teorija ir praktika.* Kaunas, 2005.
- Grillo, C.A., Lott, D.A., Foster Care Subcommittee of the Child Welfare Committee, National Child Traumatic Stress Network. *Caring for children who have experienced trauma: A workshop for resource parents – Participant handbook.* Los Angeles, CA & Durham, NC: National Center for Child Traumatic Stress, 2010.
- Gross, F. L. *Introducing Erik Erikson: An invitation to his thinking.* Lanham, MD: University Press of America, 1987.
- Iowa Department of Human Services. *Foster Parent Handbook.* 2002.
- Jungtinių Tautų Vaiko teisių konvencijos vadovas: patikros lapai. Socialinės apsaugos ir darbo ministerija. Vilnius: Efrata, 2005
- Juškuvienė, R., Luneckienė, A., Palačionienė, L., Petrilionienė, B., Striunga, S. *Ikimokyklinio amžiaus vaikų, turinčių kalbos ir elgesio sutrikimų, ugdymas. Metodinės rekomendacijos ikimokyklinio ugdymo pedagogams ir tėvams.* Vilnius, 2008.
- Lambe, M. *Birds, Bees, and Adoption.* [Žiūrėta 2012-09-05]. Prieiga per internetą: <http://www.adoptivefamilies.com/articles.php?aid=772>.
- Lancaster, K. *Keys To Parenting an Adopted Child.* NY: Barron's, 2009.
- Legkauskas, V. *Socialinė psichologija.* Vilnius: Vaga, 2008.
- Lesinskienė, S., Karalienė, V. *Emocinės raidos įtaka tolimesniam vaiko asmenybės vystymuisi. Metodinės rekomendacijos.* Vilnius: ŠMM, 2008.
- Levine, P., Klein M. *Trauma through a child's eyes: Awakening the ordinary miracle of healing: Infancy through adolescence.* Berkeley, CA: North Atlantic Books, 2006.
- Matulevičienė, D., Kukauskas, R. Montrimienė, V. *Atmintinė vaikų globėjams.* Socialinės apsaugos ir darb
- McIntosh, J.L. (2003) *Suicide survivors: The aftermath of suicide and suicidal behavior.* In C. D. Bryant (Ed.) (339-350). *Handbook of Death & Dying: Volume One The Presence of Death.* Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Miller, E. D., & Omarzu, J. (1998). *New directions in loss research.* In J. H. Harvey (Ed.), *Perspectives on loss: A sourcebook.* Washington, DC: Taylor & Francis.
- Nelsen, J. *Positive Discipline.* New York: Ballantine Books, 2006.
- Novodvorskienė, R. *Agresyvaus elgesio raiškos ypatumai vaikų globos namuose,* 2007.

35. Preidokienė, R., Ignatovičienė, S. *Pozityvios tėvystės įgūdžių ugdymo metodinės rekomendacijos*. Vilnius, 2010
36. Prichožan, A.M., Tolstich, N.N. *Psichologija sirotststva*. Moskva, 2005.
37. Rapshaw M R. *Foster Parent Handbook*. United States of America: iUnivers, 2002.
38. Rice, K.F., Groves, B. *Hope and healing: A caregiver's guide to helping young children affected by trauma*. Washington, DC: Zero to Three Press, 2005.
39. Rhode Island Department of Children, Youth and Families. *Foster Parent Handbook*. 2005.
40. Ryan, T., Walker, R. *Life Atory Work. A Practical guide to helping children understand their past*. London: BAAF, 2007.
41. Robbins, S. P. *Organizacinės elgsenos pagrindai*. Kaunas: Poligrafija ir informatika, 2003.
42. Suslavičius, A. *Socialinė psichologija*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 1998.
43. Suslavičius, A. *Socialinė psichologija*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2006.
44. *Šeimos teisė, vaiko teisių apsauga*. Vilnius: Mūsų saulutė
45. *Tęstinė globėjų ir įtėvių mokymo programa PRIDE, mokytojo knyga, I–IX dalys*. Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba prie SADM, 2010
46. *TLK-10 psichikos ir elgesio sutrikimai: klinika ir diagnostika*. „Medicina“, 1997.
47. Wenar, Ch., Kerig, P. *Psichopatologija razvitija detskogo i podrostkovogo vozrasta*. Sank Peterburg: Praim - Evroznak, 2004.
48. Zbarauskaitė, A. *Prierašumas: iššūkiai ir galimybės globojant vaiką ar paauglį*. Vilnius: Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos.
49. Žukauskienė, R. *Raidos psichologija*. Vilnius: Margi raštai, 2007.
50. Н. О. Зиновьева, Н. Ф. Михайлова. *Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации*. -СПб.: Речь, 2003
51. Черепанова, Е. М. *Психологический стресс: помоги себе и ребенку*. М.: Академия, 1996.

PRIEDAS NR. 1

Psichologinės pagalbos telefonai

Psichologinės pagalbos tarnyba	Telefono numeris	Darbo laikas	
Vaikų linija www.vaikulinija.lt	116 111	Kasdien 11.00-21.00	Pokalbiai nemokami
Jaunimo linija www.jaunimolinija.lt	8 800 28 888	Visą parą	Pokalbiai nemokami
Vilties linija, psichologinė pagalba suaugusiesiems www.kpsc.lt	8 800 60 700	Visą parą	Pokalbiai nemokami
Pagalbos moterims linija	8 800 66 366	I-V 10.00-21.00	Pokalbiai nemokami
Linija doverija (pagalba teikiama rusų kalba)	8 800 77 277	I-V 16.00-20.00	Pokalbiai nemokami
Dingusių žmonių šeimų paramos centras	8 800 26 161	I-V 8.00-16.00	Pokalbiai nemokami
Panevėžio paguodos telefonas	8 45 50 09 65	I-V 20.00-8.00	
Vilniaus moterų namų krizių centras	8 800 22 008	I-V 9.00-17.00	Pokalbiai nemokami
Vaiko raidos centras	8 5 275 7564	Visą parą	

Psichologinė pagalba internetu

Vaikų linija	Registruotis ir rašyti svetainėje: http://www.vaikulinija.lt	Atsako per dvi dienas
Jaunimo linija	Registruotis ir rašyti svetainėje: http://jppc.lt/draugas	Atsako per tris dienas
Vilties linija	Rašyti svetainėje: http://paklausk.kpsc.lt	Atsako per tris dienas
Šiaulių jaunimo linija	Rašyti: kasnutiko@yahoo.com	Atsako per tris dienas

Vaikas, gimęs mūsų širdyse
Va86 Atmintinė vaiko globėjams ir tėviams. – Vilnius: Socialinės apsaugos ir darbo ministerija, 2013.
ISBN 978-609-8078-08-4
[2013]. – 222, [2] p. : iliustr.

UDK 364-053.2

VAIKAS, GIMĘS MŪSŲ ŠIRDYSE: atmintinė vaiko globėjams ir tėviams

Leidinį sudarė: Rūta Pabedinskienė, Asta Šidlauskienė, Areta Miškinienė

Leidinį parengė: Zigmas Giedrimas, Sigita Ignatovičienė, Rima Breidokienė ir Eva Ignatovič

Leidinį redagavo Aldona Anužienė

Maketavo ir spausdino UAB „INDIGO print“
Piliakalnio g. 1, 46223 Kaunas, tel. (8 37) 20 58 38
info@indigoprint.lt • www.indigoprint.lt