



NARKOTIKŲ, TABAKO IR ALKOHOLIO KONTROLĖS DEPARTAMENTAS

Biudžetinė įstaiga, Šv. Stepono g. 27, 01312 Vilnius, tel. 8 706 68060,
faks. 8 706 68095, el. p. ntakd@ntakd.lt
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 302610311

Adresatams pagal sąrašą

2017-02-15 Nr. S-

DĖL REKOMENDACIJŲ MOKYKLAI, KAIP PADĖTI VAIKUI, KURIO MAMA AR TĖTIS GIRTAUJA

Šią savaitę minima tarptautinė Alkoholikų vaikų savaitė. Pagrindinis jos tikslas yra šviesti visuomenę apie vaikus, kurie susiduria su tėvų alkoholizmo problemomis.

Idėją minėti šią savaitę pirmieji Lietuvoje inicijavo asociacija "Mentor Lietuva" 2015 metais. Dirbdami alkoholio prevencijos srityje ir tiesiogiai bendraudami su vaikais, susiduriančiais su tėvų girtavimu, jie inicijavo socialinę akciją, prie kurios 2016 m. prisijungė ir Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas.

Vaikams iš priklausomų nuo alkoholio šeimų ypatingai reikalingas dėmesys, parama ir pagalba. Dažniausiai jie auga tokiose šeimose, kuriose problemos yra arba neigiamos, arba dangstomos. Tokiems vaikams svarbu, kad jie galėtų pripažinti ir priimti savo mintis, jausmus, patirtis, bei išgyvenimus patirtus priklausomoje nuo alkoholio šeimoje. Ne mažiau vaikams svarbus saugumo jausmas, pasitikėjimas suaugusiais, kuriems galėtų pasipasakoti ir atsiverti, kurie juos palaikytų, nuramintų ir suteiktų reikiamą pagalbą, atitinkančią jų amžių. Neretai šiems vaikams artimiausi ir galintys padėti būna mokytojai.

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas, kartu su asociacija „Mentor Lietuva“ parengė rekomendacijas mokyklai „Kaip mokykla gali padėti vaikui, kurio mama ar tėtis girtauja?“, kuriose mokytojai ras patarimus, kaip atpažinti vaiką augantį priklausomoje šeimoje, kaip elgtis ir ką sakyti, jei vaikas kreipiasi pagalbos.

Prašome šias rekomendacijas išplatinti savivaldybių bendrojo ugdymo mokyklų pedagogams, ir psichologinių, pedagoginių tarnybų specialistams, paskatinant šią informaciją naudoti savo darbe.

PRIDEDAMA. Informacinė medžiaga „Kaip mokykla gali padėti vaikui, kurio mama ar tėtis girtauja?“, 5 lapai (pdf formatu).

Direktorė

Inga Juozapavičienė

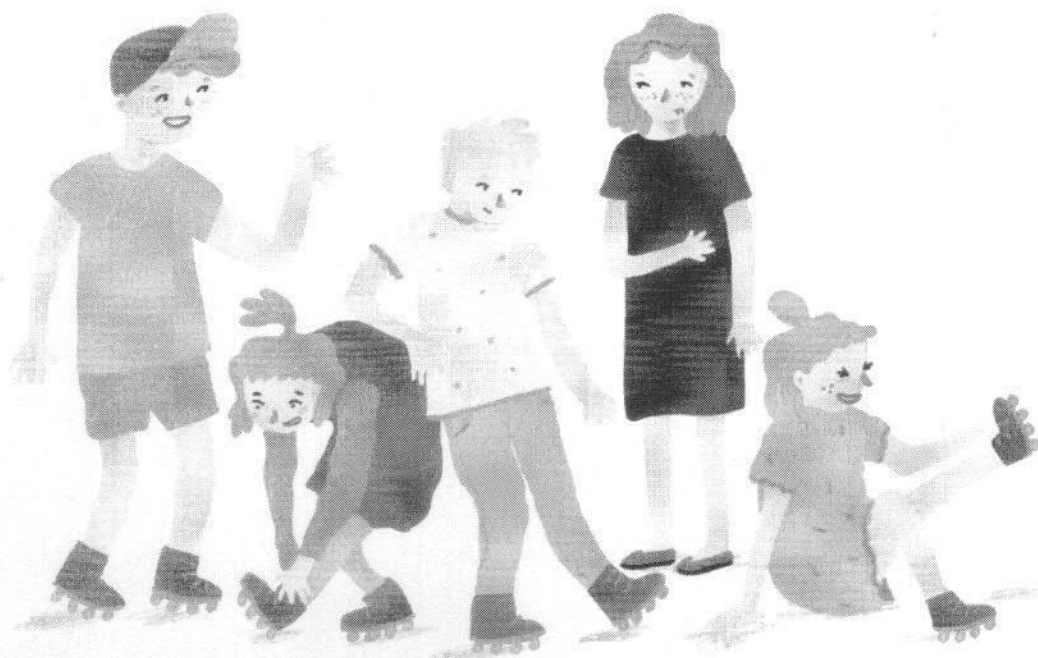
KAIP MOKYKLA GALI PADĖTI VAIKUI, KURIO MAMA AR TĖTIS GIRTAUJA?

REKOMENDACIJOS MOKYTOJAMS

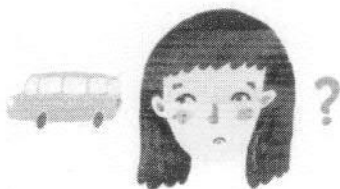
Lietuvoje viena didžiausių problemų yra alkoholio vartojimas. Tyrimai rodo, kad kiekvienas priklausomas nuo alkoholio žmogus įvairiais būdais veikia mažiausiai 3-4 asmenis. Šeima, kurioje nors vienas narys yra priklausomas nuo alkoholio, vadinama priklausoma nuo alkoholio šeima, nes ši liga daro įtaką visai šeimai. Deja, labiausiai pažeidžiami yra tokiose šeimose augantys vaikai.

Tyrimai rodo, kad priklausomose nuo alkoholio šeimose augantiems vaikams gresia:

- 6 kartus didesnė tikimybė susidurti su smurtu šeimoje
- 5 kartus didesnė valgymo sutrikimų tikimybė
- 3 kartus didesnė minčių apie savižudybę tikimybė
- 2 kartus didesnė tikimybė patirti sunkumus mokykloje
- 2 kartus didesnė priklausomybės nuo alkoholio ar narkotikų tikimybė
- 2 kartus didesnė pakliuvimo į teisėsaugos akiratį tikimybė



Vaiko elgesio požymiai, kurie mokytojui ar kitam mokykloje dirbančiam specialistui padės atpažinti vaiką, augantį priklausomoje nuo alkoholio šeimoje



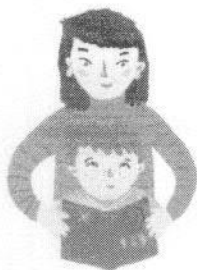
Nesidžiaugia planuojama klasės išvyka ar švente (nes šeimoje pažadų dažnai nesilaikoma)



Kalbant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos temomis vaiko elgesys skiriasi nuo jo bendraklasių ir nuo jo įprasto elgesio (pvz., paprastai kalbus vaikas tampa tylus, nenori pasisakyti, o ramus vaikas tampa guvus), jis turi daugiau žinių aptariamomis temomis negu kiti vaikai



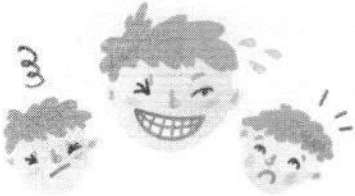
Atrodo nusiminęs savo gimtadienio ar atostogų laikotarpiu (nes ypatingos dienos taip dažnai nuvilia)



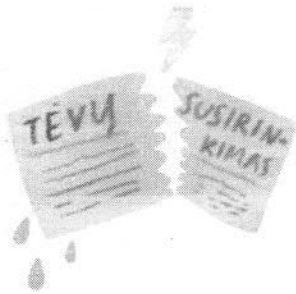
Nori pabūti vienuoje su mokytoju ar kitu mokyklos specialistu, jam reikia papildomo laiko (taip bandoma užsitikrinti rūpinimąsi ir auklėjimą, kurio trūksta šeimoje)



Būdingi nerealūs lūkesčiai dėl kitų vaikų ir atitinkamai dažnesnis nusivylimas kitais



Gali būti būdingas vienas ar keli vaidmenys, kuriuos dažnai prisiima šie vaikai (šeimos herojus, atpirkimo ožys, prarastas vaikas, juokdarys)



Nesilaiko mokyklos nurodymų, susijusių su tėvais, bijo mokytojų, kitų mokyklos specialistų bendravimo su tėvais (nes gali būti pastebėta šeimos problema, tėvai gali būti išgėrę, elgsis netinkamai)



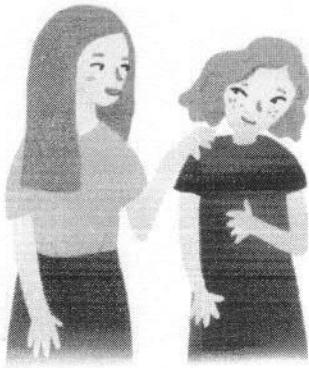
Atsikirtinėja mokytojams ar konfliktuoja, pešasi su kitais mokiniais (nes vaikas pyksta ant savo tėvų, jam sunku išreikšti šį pyktį, o per ilgesnį laiką susikaupę stiprūs neigiami jausmai gali netikėtai užvaldyti ir išsilieti)



Paprastai atsakingas vaikas dėl neaiškių priežasčių praleidžia pamokas, prasčiau negu įprastai atlieka užduotis ar neatlieka namų darbų

Ką gali mokykla?

Nors vaikai iš girtaujančių šeimų patiria kur kas daugiau sunkumų negu jų bendraamžiai, bet paprastai nesikreipia pagalbos, yra vieniši, atsiskyrę ir stengiasi nuslėpti šeimos problemą. Greičiausia Jūs esate vienintelis asmuo, į kurį vaikas kreipėsi pagalbos ar išdrįso kalbėtis apie tėvų alkoholizmą. **Jūs galite padėti vaikams pirmiausia juos išklausydami!**

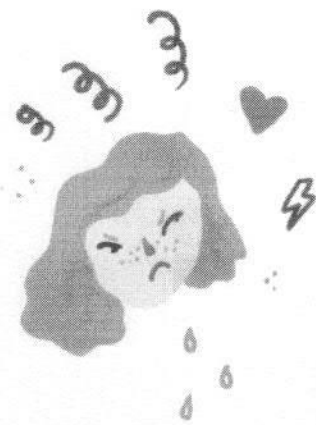


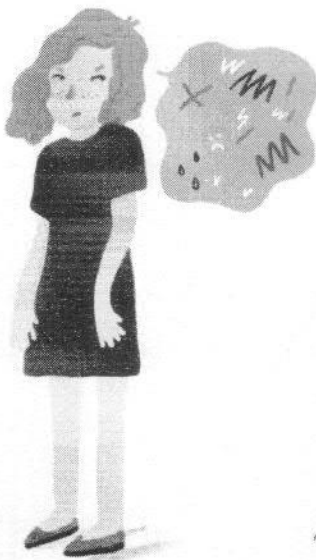
Svarbiausios žinutės, kurias galite ir turite perduoti vaikui, yra šios:

- Ji arba jis nėra vienišas
- Vaikas nesukėlė tėvų alkoholizmo ir negali jo kontroliuoti ar išgydyti savo tėvų. Tėvams gali padėti tik specialistai
- Vaikas nėra atsakingas už tėvų elgesį ir girtavimą
- Yra suaugusių žmonių, kurie gali padėti

Jei vaikas atėjo pas Jus pagalbos

- Nesmerkite ar pernelyg neužjauskite nuo alkoholio priklausomų vaiko tėvų
- Turėkite vaikams skirtų knygų, lankstinukų ar užduočių apie priklausomybę nuo alkoholio – tai gali padėti jums kalbėtis su vaiku apie tėvų alkoholizmo problemą
- Padėkite vaikui suprasti, kad kalbėdamas apie tėvų girtavimą jis nepakenks savo šeimai. Pasidalinęs savo jausmais vaikas nesijaus toks vienišas
- Padėkite vaikui suprasti, kad gyvenant su priklausomais tėvais jausti meilę ir neapykantą vienu metu yra normalu – taip jaučiasi dauguma vaikų, kurių vienas ar abu tėvai girtauja. Išgyvendami tokius skirtingus jausmus vienu metu žmonės dažniausia jaučiasi sutrikę ir pasimetę





- Paskatinkite vaiką dalyvauti jam patinkančioje po-pamokinėje veikloje – lankyti chorą, dramos ar krepšinio būrelį, prisijungti prie skautų, ateitininkų ar kitų jaunimo organizacijų. Šie užsiėmimai padės nors trumpam pamiršti problemas namuose, paskatins labiau pažinti save ir kitus žmones, pamatyti, kaip ir kuo jie gyvena
- Visuomet žinokite ir, jei reikia, padėkite vaikui kreiptis į tarnybas ar pas specialistus, kurie laiku gali suteikti tinkamą pagalbą vaiko gyvenamojoje vietoje
- Užtikrinkite konfidencialumą ir vaiko saugumą – apie alkoholizmą vaiko šeimoje kalbėkite tik su specialistais ar kolegomis, kuriems tai būtina žinoti
- Jei įtariate, kad vaikas girtaujančioje šeimoje patiria smurtą, nedelsdami kreipkitės į policiją ir /arba vaiko gyvenamosios vietos savivaldybės administracijos Vaiko teisių apsaugos skyrių
- Padėkite vaikams suprasti, kad jie nėra vieni. Ir artimoje aplinkoje, ir mokykloje yra žmonių, kurie gali išklaudyti, patarti, suteikti paramą. Tai gali būti laikini globėjai, broliai ir seserys, kiti giminės ir kaimynai, mokytojai, dvasininkai ar konsultantai

Padėkime vaikams suprasti, priimti ir išdrįsti pasakyti sau ir kitiems šiuos teiginius:

- Aš nesu kaltas dėl šios situacijos
- Aš negaliu to pakeisti
- Aš negaliu to kontroliuoti
- Aš galiu pasirūpinti savimi
 - kreipdamasis į mokyklos specialistus pagalbos
 - dalindamasis savo jausmais
 - pasirinkdamas gyventi sveikai
 - ieškodamas būdų džiaugtis gyvenimu

Rekomendacijos parengtos pagal The National Association for Children of Alcoholics (www.nacoo.org.uk) metodinę medžiagą

ilustracijų autorė Viktorija Dambrauskaitė