

# Mokymų paketas



## ĮVADAS

### (Turi būti perskaitytas koordinatoriaus prieš užsiėmimo pradžią)

ES Giminaičių - globėjų projekto metu dirbama su globėjais ir specialistais 7 Europos šalyse, siekiant pagerinti vaikų, esančių giminaičių globoje, galimybes išvengti problemų, kurias sukelia alkoholio ir narkotikų vartojimas.

Šis mokymų paketas pirmiausia yra skirtas personalui ir savanoriams, dirbantiems su giminaičiais - globėjais, ir skirtas padėti jiems geriau suprasti šių globėjų, auginančių vaikus ir jaunuolius, kurių tėvai turi problemų dėl alkoholio ar narkotikų vartojimo, poreikius. Jis gali būti naudojamas kaip pagalbinė priemonė viso personalo, kuriam gali tekti palaikyti ryšius su giminaičiais - globėjais ar su jų globojamais vaikais, mokymuose, pavyzdžiui, socialinių darbuotojų, personalo, dirbančio gydymo nuo narkomanijos sferoje, mokytojų bei dirbančiųjų savanorių ir bendruomenės sektoriuose mokymui.

Paketą sudaro pusės dienos užsiėmimo koordinavimo vadovas, kuris remiasi scenarijais, sukurtais mūsų pokalbių su giminaičiais - globėjais pagrindu. Mes rekomenduojame mokymusi vykdyti 8-12 mokinių grupėse.

Daroma prielaida, kad mokymuose dalyvaujančios grupės yra iš tos pačios organizacijos, jei taip nėra, jums gali būti naudinga adaptuoti paskutinį veiksmų planavimo pratimą, kad šis atitiktų grupės poreikius.

## Koordinatoriaus vadovas

Mes ypač rekomenduojame jums perskaityti koordinatoriaus vadovą ir mokymų planą bent vieną kartą, kad įsitikintumėte, jog suprantate užsiėmimą. Taip pat gali būti naudinga iš anksto užrašyti kažkokią informaciją stovė su popieriumi, o jei jūs naudojate projektoriaus, skirtu parodyti mokymus papildančias „PowerPoint“ skaidres, išbandyti jį prieš užsiėmimą.

## Mokymų užsiėmimo tikslai ir siekiai

(Pastaba koordinatoriui: jums gali būti naudinga užrašyti tikslus ir siekius stovė arba padaryti jų kopijas, kad galėtumėte išdalinti užsiėmimo pradžioje.)

### Tikslas

Suteikti galimybę dalyviams pagerinti paslaugas, suteikiamas giminaičiams - globėjams ir jų prižiūrimiesiems vaikams.

### Siekiai

- Padidinti supratimą apie įvairius ir sudėtingus giminaičių - globėjų poreikius.
- Išnagrinėti, kaip tapimas giminaičiu - globėju gali turėti įtakos asmens mintims, jausmams ir elgesiui.
- Sustiprinti giminaičiams - globėjams ir jų globojamiems vaikams jaučiamą empatiją.
- Apsvarstyti, kokios paslaugos ar parama gali būti reikalinga giminaičiams - globėjams.

## Ko jums reikia užsiėmimui

- Mokymosi patalpos, kuri būtų pakankamai didelė, kad joje tilptų jūsų mokoma grupė. Patalpoje neturi būti telefonų ar kitos įrangos, kuri galėtų trukdyti užsiėmimui. Prašome nepamiršti, kad dalyviai turės dirbti porose ir mažose grupėse.
- Kėdžių, sustatytų pusskrituliu, ir jei liko vietos, papildomų stalų darbai už pusskritulio ribų.
- Stovo su popieriumi, aštuonių rašiklių, skirtų rašyti ant stovo popieriaus, ir lipnios medžiagos („Blu Tack“).
- Mokymo scenarijų.
- Gaiviųjų gėrimų pertraukėlei.

- Koordinatoriaus, kuris yra pasiruošęs praveisti užsiėmimą. Tai neturi būti asmuo, turintis mokymų ar koordinavimo patirties, nes šis mokymų paketas yra skirtas naudotis personalui ir savanoriams, kurie turi nedaug patirties ar visai jos neturi.
- Bent trijų su puse valandų užsiėmimui praveisti.
- Jums gali būti naudinga paprašyti kito grupės nario pažymėti viską, ką reikia užsirašyti pratimų metu, kad jūs galėtumėte sutelkti dėmesį į užsiėmimo koordinavimą.

## Koordinatoriaus pareigos

- Užtikrinti, kad užsiėmimo dalyviai turėtų galimybę jame dalyvauti.
- Užtikrinti, kad užsiėmimo metu dėmesys būtų sutelktas į tikslus ir siekius.
- Paskatinti dalyvius geriau suprasti gėdą ir išankstinį nusistatymą, su kuriais susiduria narkotikus vartojančių asmenų šeimos.

## Mokymų užsiėmimo planas

### Įvadas į užsiėmimą ir pagrindinės taisyklės (15 minučių)

(Pastaba koordinatoriui: užsiėmimo pradžioje jūs turite pristatyti mokymą, papasakodamas apie užsiėmimo tikslus ir siekius bei dirbdamas su visais dalyviais, siekiant nuspręsti, kaip bus vykdomas užsiėmimas. Tikslas, siekiai ir susitarimas dėl darbo turi būti užrašyti ir parodyti visiems matomoje vietoje. Susitarimas turi užtikrinti, kad visi galėtų pilnai dalyvauti užsiėmime, o taip jame gali būti numatyti tokie dalykai, kaip pagarba vienas kitam, kaip ir kada galima užduoti klausimus bei konfidencialumo užtikrinimas. Šiai įvadinei daliai jums prireiks stovo su popieriumi ir jam skirtų rašiklių. Ji neturėtų užtrukti ilgiau, nei 15 minučių.)

### Koordinatoriaus scenarijus (turi būti perskaitytas koordinatoriaus)

Dėkoju jums, kad atvykote ir dalyvaujate šiandienos mokymuose. Šio užsiėmimo tikslas – leisti mums patobulinti paslaugas, kurias mes teikiame seneliams, auginantiems savo anūkus.

## Mokymų metu bus:

- Suteiktas geresnis supratimas apie įvairius ir sudėtingus giminaičių - globėjų, auginančių vaikus ir jaunuolius, kurių tėvai turi problemų dėl narkotikų vartojimo, poreikius.
- Išnagrinėta, kaip tapimas giminaičiu - globėju gali turėti įtakos asmens mintims, jausmams ir elgesiui.
- Suformuotas supratimas, kaip jaučiasi žmonės, būdami giminaičiais - globėjais, ir sustiprinta empatija giminaičių globoje esantiems vaikams.
- Apsvarstyta, kokios paslaugos ar parama gali būti reikalinga giminaičiams - globėjams, ir apibūdintas vaidmuo, kurį jūs galite turėti.

Prieš pradėdami, mes turime susitarti dėl kelių pagrindinių taisyklių, nusakančių grupės darbą kartu, kad mes visi galėtume dalyvauti užsiėmime.

(Pastaba koordinatoriui: paprašykite grupės dalyvio užrašyti ant stovo popieriaus lapo pagrindines taisykles, dėl kurių jūs susitarsite grupėje. Jei grupei sunkiau sekasi sugalvoti pagrindines taisykles, galbūt bus naudingas žemiau pateiktas sąrašas.

- Vienu metu turi kalbėti tik vienas asmuo
- Leisti žmogui užbaigti tai, ką jis sako.
- Gerbti žmogaus praeitį ir patirtį – jei jūs nesutinkate su kažkuo, kas yra sakoma, nesutikite su / abejokite idėja, o ne pačiu asmeniu.
- Konfidencialumas – susitarkite, kad jūsų aptariamai klausimai nebus atskleidžiami ir apie juos nebus diskutuojama išėjus iš patalpos, nebent iškilus vaiko apsaugos (ar panaši) problema.
- Klauskite, jei jūs nesuprantate – nėra tokio dalyko, kaip kvailas klausimas.

Turėkite omenyje, kad tai tiesiog patarimai, jei jūsų grupė sugalvos savo taisykles, tai puiku! Kai jūs susitarsite dėl pagrindinių taisyklių, garsiai jas perskaitykite ir patikrinkite, ar visi sutinka pradėti mokymus.)

## Pirmasis pratimas (10 minučių)

(Pastaba koordinatoriui: šio pratimo metu jums nereikės nieko rašyti)

### Koordinatoriaus scenarijus (turi būti perskaitytas koordinatoriaus)

Galbūt visi grupėje galėtų iš eilės prisistatyti ir trumpai papasakoti apie buvusią ar esamą darbo su giminaičiais - globėjais ar su giminaičių globojamais vaikais patirtį. Taip pat gal galėtumėte paaiškinti, kaip jūsų darbas sieja jus su giminaičiais - globėjais ar jų globojamais vaikais?

(Pastaba koordinatoriui: jei žmonės grupėje nėra gerai pažįstami, gali būti naudinga užrašyti jų vardus ant stovo. Po to, kai visi papasakos apie save, visiems padėkokite.)

## Antrasis pratimas (35 minutės)

(Pastaba koordinatoriui: šiam pratimui jums reikės stovo su popieriumi ir jam skirtų rašiklių. Gali būti, kad jums būtų patogiau surašyti pratimą lentoje iš anksto, arba atspausdinti jį ir padarius kopijas išdalinti jas dalyviams.)

### Koordinatoriaus scenarijus (turi būti perskaitytas koordinatoriaus)

Daugelis giminaičių - globėjų yra seneliai; tyrimai rodo, kad jie būna vyresnio amžiaus, turi mažesnes pajamas ir prastesnę sveikatą nei globėjai, nesusiję globotiniams giminytės ryšiais.

Šis pratimas padės mums pradėti galvoti apie tai, ką mes tikimės veikti ir kaip tikimės jaustis, kai tapsime vyresni.

Porose arba trijų žmonių grupėse 20 minučių pakalbėkite apie tai, ką jūs darėte arba kaip įsivaizduojate, ką darysite, kai jums bus 45 ir 70 metų.

- Galbūt jūs norėsite pagalvoti apie tai, kokį darbą dirbsite, kaip leisite laisvalaikį, kiek turėsite pajamų, o taip pat apie savo fizinę ir protinę sveikatą.
- Kaip jūs galite jaustis, kai tapsite vyresni?

Kai pabaigsite, savo porose paaimkite popieriaus lapą ir užrašykite arba nupieškite tris dalykus, dėl kurių daugiausia diskutavote, arba kurie buvo jums svarbiausi kiekviename amžiuje, pavyzdžiui: draugai, pinigai ir sveikata. Ar visi viską suprato?

(Pastaba koordinatoriui: praneškite visiems, kai jiems bus likusios tik 5 minutės. Paprašykite jų sustoti, kai praeis 20 minučių, tuomet apeikite grupes ir paprašykite vieno kiekvienos poros dalyvio papasakoti apie savo pagrindines mintis visai grupei, skiriant vienai grupei ne daugiau, nei 2 minutes. Aptarkite savo išvadas.)

## Trečiasis pratimas (1 valanda)

(Pastaba koordinatoriui: šiam pratimui jūs turėsite pasinaudoti stovu, jam skirtu rašikliu ir scenarijų, pateikiamų kartu su šiuo mokymų paketu, kopijomis.)

### Koordinatoriaus scenarijus (turi būti perskaitytas koordinatoriaus)

Kitas pratimas yra skirtas padėti mums tirti, kokį poveikį giminaičių globa turi šeimoms, o taip pat jis skirtas paskatinti pamąstyti apie tai, kaip galėtų jaustis giminaičių globojami vaikai..

Mes turime pasidalinti į grupes po 4 žmones. Kiekviena grupė turėtų apsvarstyti klausimus, kurie užduodami pagal scenarijus, pagrįstus pokalbiais su giminaičiais - globėjais iš visos Europos ir jų patirtimi. Kartu su užduodamais klausimais grupės turi apsvarstyti vaikų ir jaunuolių, atsidūrusių šiose situacijose, poreikius.

Aš duosiu kiekvienai grupei išnagrinėti 2 scenarijus, prašau skirti po 20 minučių kiekvienam, aptariant savo idėjas ir atsakymus į klausimus.

Prašau užrašyti savo idėjas ir atsakymus ant jums duoto popieriaus lapo ir pasirinkti vieną asmenį, kuris pratimo pabaigoje papasakos apie jūsų mintis. Ar visi suprato, ką mes darysime?

(Pastaba koordinatoriui: duokite kiekvienai grupei po 2 scenarijus, kurie pridėti prie šio paketo – gali būti naudinga, jei skirtingos grupės turės dalinių sutapimų scenarijuose, kuriuos jos svarsto, kad galėtų išnagrinėti įvairias strategijas ir atsakymus į užduodamus klausimus. Taip pat duokite kiekvienai grupei popieriaus lapą ir rašiklius. Praneškite visiems, kai jie bus skyrę 15 minučių scenarijui, ir kai ateis laikas pereiti prie kito scenarijaus. Praneškite jiems, kai bus likusios 5 minutes iki pratimo pasakojimo dalies pradžios. Paprašykite vieno asmens iš kiekvienos grupės papasakoti apie scenarijų ir apie jų atsiliepimus apie jį bei apie klausimus; priminkite jiems, kad ne visi dirbo su tais pačiais scenarijais, taigi gali būti naudinga juos apibūdinti. Aptarkite savo išvadas.)

## Pertraukėlė (15 minučių)

(Pastaba koordinatoriui: paskatinkite dalyvius atsistoti ir pavaikščioti, o taip pat, jei nori, ko nors atsigerti. Praėjus 15 minučių paprašykite visų vėl atsistoti.)

## Ketvirtasis pratimas – veiksmų planavimas (1 valanda)

(Pastaba koordinatoriui: šiam pratimui jums prireiks stovo su popieriumi ir rašiklių. Užrašykite vieną iš žemiau nurodytų klausimų kiekviename popieriaus lape, galbūt jūs norėsite padaryti tai iš anksto, arba jūs galite užrašyti kiekvieną klausimą, kai prie jo prieisite užsiėmimo metu. Apačioje palikite vietos, kad dalyviai galėtų užrašyti savo pastabas.

Pastaba – šis pratimas gali būti adaptuotas, kad jo metu būtų skirta laiko išnagrinėti vietinius giminaičiams - globėjams ir jų globojamiems vaikams skirtus išteklius..)

### Koordinatoriaus scenarijus (turi būti perskaitytas koordinatoriaus)

Dabar mes pagalvosime apie tai, ką aptarėme šiandien, ir apsvarstysime, ar turime kažką pakeisti savo darbe atsižvelgiant į šį užsiėmimą. Šiuose popieriaus lapuose, kurie padėti prieš mus, aš sudariau klausimų sąrašą. Mes aptarsime juos vieną po kito grupėje. Po to, kai mes baigsime kiekvieno klausimo aptarimą, kiekvienas iš mūsų parašys atsakymą popieriaus lape.

Klausimai yra tokie:

- Kaip aš jaučiausi šio užsiėmimo metu?
  - Galbūt po šiuo klausimu jūs norėsite parašyti vieną žodį arba sakinį, kad apibendrintumėte savo jausmus.
- Ko aš šiandien išmokau?
  - Gal galite trumpai aprašyti svarbiausius dalykus, kurių išmokote šio užsiėmimo metu?
- Kokius pakeitimus gali padaryti kiekvienas iš mūsų savo darbe, siekdamas pasinaudoti šiandien išmoktais dalykais? Pavyzdžiui, ką aš galiu pakeisti savo požiūryje į tam tikrus giminaičius - globėjus?
  - Parašykite trumpą aprašymą to, ką norite pakeisti.
- Kokiu būdu mes, kaip organizacija, galime suteikti geresnes paslaugas giminaičiams - globėjams šiomis sąlygomis, kad suteiktume jiems galimybę rūpintis savimi ir jų globoje esančiais vaikais?
  - Aptarkime tai ir susitarkime dėl kelių veiksmų.

(Pastaba koordinatoriui: šio klausimo svarstymas yra labai svarbi veiksmų planavimo dalis – skirkite bent 20 minučių, kurių metu grupė galėtų sutelkti į tai dėmesį.)

- 
- Kaip mes galėtume reklamuotis ir padėti žmonėms daugiau sužinoti apie mūsų teikiamas paslaugas giminaičiams - globėjams, kad šios paslaugos būtų lengviau jiems prieinamos?
    - *Vėl gi, aptarkime tai ir susitarkime dėl kai kurių veiksmų.*

Dabar, kai mes susitarėme, kokių veiksmų reikia imtis, ar galime nuspręsti, kas turi atlikti kiekvieną iš veiksmų ir kada tai bus vykdoma?

(Pastaba koordinatoriui: užtikrinkite, kad sutarti veiksmai būtų realistiški, ir kad dalyviai galėtų išmatuoti savo pažangą juos vykdant. Jūs arba kas nors iš grupės turėtų užrašyti veiksmą, dėl kurio buvo priimtas sprendimas. Prieš užsiėmimo pabaigą nustatykite datą maždaug po mėnesio, kad galėtumėte persigrupuoti ir patikrinti, ar veiksmai buvo atlikti, kaip buvo tariamasi.)

## Užsiėmimo pabaiga (15 minučių)

### Koordinatoriaus scenarijus (turi būti perskaitytas koordinatoriaus)

(Pastaba koordinatoriui: šiai daliai jums reikės tikslų ir siekių lapų bei įvertinimo formos, pridedamos prie šio mokymų paketo, kopijų).

Prieš pabaigiant užsiėmimą mes apžvelgsime, ką padarėme:

- Grįžkime prie tikslų ir siekių... kaip mums pavyko?
- Ar pagrindinės taisyklės buvo naudingos? Ar ką nors norėtumėte pakeisti?
- Gal kiekvienas asmuo galėtų pasakyti po vieną teigiamą dalyką apie šios dienos mokymus?

(Pradėkite pats ir paklauskite kiekvieno esančio patalpoje iš eilės.)

Norėčiau paprašyti jūsų užpildyti įvertinimo formą ir grąžinti ją man.

**Labai dėkoju už jūsų dalyvavimą.**



# Įvertinimo forma

Kaip jūs vertintumėte šį užsiėmimą?

Blogas

Vidutinis

Naudingas

Labai naudingas

Prašome vienu sakiniu aprašyti savo mintis apie šio užsiėmimo vertę jums.

Prašome įvertinti šiuos atskirus aspektus:

1 = blogas

2 = vidutinis

3 = geras

4 = labai geras

5 = puikus

Turinio apimtis	
Turinio giluma	
Turinio taikomumas	
Instruktoriaus užsiėmimo vedimas	

Ką galima buvo atlikti greičiau, kam reikėjo daugiau laiko, ir kokie klausimai nebuvo aptarti?

Kiti atsiliepimai ar komentarai:

*Dėkojame už šio įvertinimo užpildymą*

- Association Mentor Lietuva
- De Sleutel
- Holt Romania
- La Regione Abruzzo
- Mentor Sverige
- Mentor UK
- University of Navarra



Narkotikų vartojimo prevencijos labdaros organizacija

Association Mentor Lietuva  
Gedimino pr.12  
LT-01103 Vilnius  
Lithuania

T: +370 5 268 2505

E: [jurgita@mentorlietuva.org](mailto:jurgita@mentorlietuva.org)