

## **Įvadas**

Šeima atlieka svarbų vaidmenį ugdant asmenybę, saugant ir formuojant tautiškumo pagrindus. Kaip apibrėžiama Lietuvos Respublikos Konstitucijos (1992 m.) 38 str., šeima – visuomenės ir valstybės pagrindas. Todėl norint turėti stiprų valstybės pagrindą, svarbu nuolat stebėti ir analizuoti šeimų poreikius ir iššūkius, su kuriais nuolat jos susiduria. Svarbu ieškoti būdų ir svarbiausia laiku pasiūlyti galimus sprendimus ir priemones iškilusioms problemoms spręsti.

Didelis tėvų užimtumas, nepakankami tėvystės įgūdžiai, vaikų priežiūrai ir auklėjimui skiriama per mažai dėmesio, ribotos žinios apie galimybes taikiai spręsti išskylančias problemas, konfliktus, kurti tvirtus santykius, menka empatija, didėjantis susvetimėjimas ir tarpusavio pasitikėjimo stoka – šiuolaikinėje visuomenėje įvardijami kaip pagrindinės priežastys, kurios griaua šeimas, bei menkina teigiamą visuomenės požiūrį į šeimą, kaip visuomenės ir valstybės pagrindą.

## **Ilgalaikė 2020-2028 m. šeimos stiprinimo programa**

Paskutiniu metu Lietuvoje aktyviai kuriama teisinė bazė ir institucinė sistema šeimos politikai formuoti ir įgyvendinti. Lietuvos Respublikos šeimos stiprinimo įstatyme nustatyti šeimos stiprinimo įgyvendinimo principai, kryptys, priemonės, šeimos politiką formuojančios ir įgyvendinančios institucijos, įstaigos, organizacijos bei jų kompetencijos sritys. 2017 m. Lietuvos Respublikos Seimas priėmė šeimos stiprinimo įstatymą. Šiame įstatyme yra nustatomi pagrindiniai Lietuvos šeimos politikai keliami tikslai ir uždaviniai. Remiantis įstatymo nustatytais gairėmis, Lietuvos Respublikos Vyriausybė 2020 m. birželio mėnesį patvirtino ilgalaikę 2020-2028 m. šeimos stiprinimo programą.

Išskiriami du pagrindiniai Šeimos stiprinimo programos tikslai:

1. ugdyti teigiamą visuomenės požiūrį į šeimą kaip visuomenės ir valstybės pagrindą. Uždaviniai šiam tikslui pasiekti:
  - organizuoti ir remti visuomenės švietimą ir informavimą apie išskirtinę šeimos vertę asmenims ir visuomenės gyvenime;

- ugdyti darbdavių, politikų, valstybės tarnautojų, švietimo, kultūros, sveikatos, socialinės apsaugos sektorių darbuotojų ir visuomenės veikėjų pozityvias nuostatas dėl šeimos, motinystės, tėvystės.

2.stiprinti šeimos gebėjimus savarankiškai spręsti iškylančias problemas ir iššūkius, plėtojant reikiamą paramą ir pagalbą ir vykdant šeimos politikos formavimo ir įgyvendinimo koordinavimą, stebėseną bei vertinimą. Uždaviniai šiam tikslui pasiekti:

- gerinti paslaugų, skirtų šeimos gebėjimams savarankiškai spręsti iškylančias problemas stiprinti, prieinamumą ir kokybę;
- stiprinti ir remti nevyriausybinį ir bendruomeninių organizacijų, dirbančių šeimos stiprinimo srityje, veiklą;
- stiprinti šeimos politikos formavimo ir įgyvendinimo stebėseną, plėtojant mokslinius tyrimus šeimos politikos srityje ir duomenų apie šeimos būklę rinkimą bei šių duomenų analizę;
- stiprinti valstybės institucijų, savivaldybių ir nevyriausybinį organizacijų bendradarbiavimą šeimos politikos įgyvendinimo ir koordinavimo srityje.

Siekiant stiprinti šeimą, svarbu kurti šeimai palankią aplinką – vykdyti kryptingas veiklas, padedančias sudaryti teisingas, socialines, ekonomines, kultūrinės ir kitas sąlygas, skatinančias asmenis sukurti, puoselėti ir išsaugoti darnią šeimą, kaip palankiausią vaiko augimo, vystymosi ir ugdymo aplinką. Kuriant palankias sąlygas šeimos vertybių puoselėjimui, užtikrinant būtina paramą ir pagalbą stiprinant šeimos gebėjimus įgyvendinti šeimos funkcijas ir įveikti kylančius iššūkius, ypatingai svarbų vaidmenį užima valstybės ir savivaldybių institucijos, kaimo ir miesto bendruomenių veikla šia kryptimi.

Šeimos stiprinimo programoje pažymima, kad pagalba šeimai neturėtų apsiriboti tik finansinėmis paskatomis bei sutelktu dėmesiu susitelkimo į socialinę riziką patiriančias ir nepasiturinčias šeimas. Dalis paslaugų (pvz., vaikų priežiūra, vaikų vasaros užimtumas ir kt.) yra reikalingos visoms šalies šeimoms, nepriklausomai nuo jų socialinės, ekonominės padėties ar kitų aspektų, todėl svarbu didinti šių paslaugų apimtį, užtikrinant universalų jų prieinamumą. Atsižvelgiant į tai, svarbu pasiūlyti ir suteikti šeimai reikalingą kokybišką paramą ir paslaugas, siekiant įgalinti šeimas, kol problemos dar neiškilusios arba kol šeimos ir darbo įsipareigojimų derinimo, vaikų psichosocialinės raidos, tarpusavio santykių šeimoje ir kitos problemos dar nėra įsisenėjusios, kad būtų galima išvengti su minėtomis problemomis susijusio nedarbo, skurdo, vaikų nepriežiūros, įtemptų šeimos narių tarpusavio santykių ir kt. Ypatingą dėmesį svarbu skirti

prevencijai, nes kuo efektyvesnė pagalba šeimai prevencijos lygmeniu, tuo mažiau reikės intervencinės pagalbos. Pažymėtina ir tai, kad prevencija reikalauja mažiau išlaidų nei intervencinės priemonės, o sukuriama jos ilgalaikė nauda didesnė ir stabilesnė nei kitų iššūkių įveikimo grandžių.

### **Projektas „Savivaldybės – aktyvios bendruomenės nariai“**

Šalčininkų rajono savivaldybės iniciatyva siekiant išsiaiškinti, su kokiais poreikiais, iššūkiais susiduria šeimos, kokia pagalba šeimoms yra aktuali ir kaip savivaldybės institucijos gali padėti kurti draugišką aplinką šeimoms, nuo 2019 m. liepos 1 d. iki 2021 m. rugsėjo 30 d. vyko projektas „Savivaldybės - aktyvios bendruomenės nariai“. Projekto užduotis stiprinti integruotą ir geresnės kokybės viešąjį valdymą bei viešąsias paslaugas šeimoms, gyvenančioms pasienio regione.

Projekte dalyvavo trys projekto partneriai: Šalčininkų rajono, Sokulka (Sokółka) rajono (Lenkija) ir Varėnos rajono savivaldybės. Tikslinė projekto grupė - savivaldybių darbuotojai, šeimos, bendruomenės nariai. Projekto trukmė - 26 mėnesiai. Projekto biudžetas – 365 224 eurai. Šalčininkų rajono savivaldybės administracijos dalį sudaro 195 463 Eur, Varėnos rajono savivaldybei - 84 087 Eur projekto lėšų, Sokulka (Sokółka) rajono - 85 674 euro. Iš Europos regioninės plėtros fondo (Interreg V-A Lietuvos ir Lenkijos bendradarbiavimo per sieną programos) finansuojama 85 proc. šios sumos. Realizuojant projektą įvyko bendri mokymai, aštuoniolika vietinių diskusijų, trys šeimų stovyklos, inicijuotos įvairios veiklos, viena baigiamoji konferencija.

### ***Veiklos, kurios buvo vykdomos, projekto metu:***

1. **18 vietinių diskusijų**, kurių metu kartu su partneriais daug diskutuota apie šeimų poreikius, savivaldybių ir įvairių organizacijų vaidmenį kuriant palankią aplinką šeimoms. Buvo aiškinamasi kokių paslaugų trūksta, kokios paslaugos dar labiau galėtų būti vystomos. Kaip įvairios institucijos gali pagelbėti šeimoms derinant darbo ir šeimos įsipareigojimus. Kokią laisvalaikio praleidimo įvairovė gali būti pasiūlyta. Kokių priemonių pagalba galima vystyti tėvystės įgūdžius. Kaip paskatinti domėtis fizine ir psichologine sveikata, populiarinti sveiką mitybą, sportą. Ieškota įvairių praktinių sprendimų, kaip paskatinti visuomenę domėtis ir aktyviai dalyvauti įvairiuose mokymuose ir seminaruose vaikų auklėjimo ir ugdymo temomis, smurtą artimoje aplinkoje, konfliktų šeimoje valdymą ir pan. Nebijoti kreiptis pagalbos pas specialistus, pvz. psichologus, socialinius darbuotojus ir pan.

2. *Šeimų stovykla Šalčininkų rajono savivaldybėje*, jungtiniai trijų dienų mokymai, kurių metu dalyviai praktiškai išbandė įvairias aktyvias veiklas, kurios galėtų tapti šeimų stiprinimo programos sudedamosiomis dalimis.

### 2.1. Parengtas turistų kliūčių ruožas



### 2.2. Su treneriais sportavo aerobikos užsiėmimuose



### 2.3. Biliardo, stalo teniso žaidimai, mankšta baseine



### 2.4. Psichologė surengė netradicinę ir įdomią judesio pagal muziką paskaitą



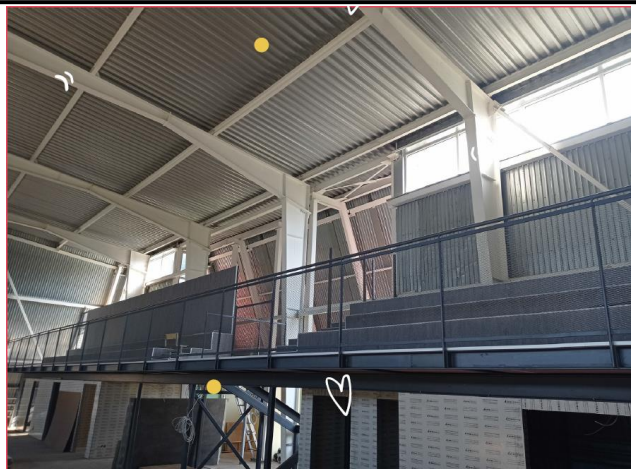
## 2.5. Šakočio kepimo pamoka



## 2.6. Plaukimas baidarėmis Merkio upe



## 2.7. Atliktas Eišiškių A. Ratkevičiaus sporto mokyklos salės ir tribūnų paprastas remontas



3. **Trijų dienų jungtiniai mokymai Varėnoje.** Mokymų metu dalyviai praktiškai išbandė įvairias veiklas – vyko aktyvūs sporto užsiėmimai, įdomios veiklos Varėnos švietimo centre, kur buvo surengtas virtualus turas po Varėnos rajoną, užsiėmimai relaksacinėje zonoje ir atvirame jaunimo centre. Mokymų dalyvių susidomėjimo sulaukė sveikos mitybos pristatymas, sportas ir plaukiojimas baseine, edukacinės veiklos. Dalyviai taip pat jėgas išbandė Varėnos šaulių surengtose varžybose, dalyvavo kitose veiklose, o vėliau aptarė, kaip šios veiklos galėtų paskatinti rajonų šeimų bendrystę. Varėniškiai džiaugiasi, kad įgyvendinant projektą, Varėnos baseine sukurtas modernus vandens batutų parkas, kuris baseiną padarys patrauklesniu lankytinu objektu šeimoms su vaikais.

### 3.1. Aktyvūs sporto užsiėmimai



**3.2. Įdomios veiklos Varėnos švietimo centre, surengtas virtualus turas po Varėnos rajoną**



**3.3. Vyko žsiėmimai relaksacinėje zonoje, sveikos mitybos pristatymas, plaukiojimas baseine.**



**3.4. Varėnos šaulių surengtos varžybos**



4. *Trijų dienų jungtiniai mokymai Sokulkoje (Lenkija)*, kurių metu projekto dalyviai turėjo galimybę dalyvauti įvairiuose tradicijas puoselėjančiuose užsiėmimuose: išmoko liaudies šokių, dalyvavo kulinariniuose ir lipdymo iš molio pamokose, susipažino su totorių kultūra. Išbandė

piešimo ant vandens techniką, kuri kaip teigiama daro teigiamą poveikį žmogaus emocinei, psichinei, socialinei ir net fizinei būklei. Daug dėmesio skirta fiziniam aktyvumui, vyko užsiėmimai treniruoklių salėje, kuri buvo įrengta projekto lėšomis.

#### 4.1. Liaudies šokiai



#### 4.2. Kulinariniai užsiėmimai



#### 4.3. Susipažinome su piešimo ant vandens technika



#### 4.4 Lipdimo iš molio pamoka



#### 4.5. Bokso treniruotė, sporto varžybos, užsiėmimai sporto salėje



#### 4.5. Susipažinimas su totorių kultūra



## **Šeimos stiprinimo programa**

Projekto „Savivaldybės – aktyvios bendruomenės nariai“ metu įgyvendintos veiklos, yra geru pavyzdžiu, kaip galime savo savivaldybėse skatinti šeimas kartu leisti laisvalaikį, domėtis sportu, sveika mityba, tradicijomis. Veiklios šeimos padeda formuoti teigiamą visuomenės požiūrį į šeimą, pabrėžti jos svarbą, stiprinti šeimų vaidmenį bendruomenėse, motyvuoti jas aktyviai pilietinei veiklai. Apibendrinant projektą parengta šeimos stiprinimo programa, kuria galėtų pasinaudoti savivaldybės, įvairios organizacijos, verslo atstovai, kaip praktiniu vadovu realizuojant šeimos stiprinimo politiką. Išskiriamos kelios galimų veiklų sritys:

1. **Poreikių analizė.** Tam, kad siūlomos paslaugos, planuojama vykdyti veikla būtų tikslinga, aktuali ir atneštų kaip įmanoma daugiau naudos, svarbu išsiaiškinti kokia pagalba šeimoms reikalinga, kokių paslaugų trūksta, kaip pačios šeimos įsivaizduoja „šeimai draugišką aplinką“. Tam tikslui periodiškai gali būti atliekama poreikių analizė: apklausos būdu; steigiant įvairias darbo grupes, komitetus ar pan., kurios atstovautų šeimų interesus; bendraujant su psichologais, socialiniais darbuotojais, gydytojais, teisininkais ir kt., kurie iš arti mato dažniausiai iškylančius sunkumus, su kuriais susiduria šeimos auginant vaikus, derinant darbo ir šeimos pareigas, bandant spręsti įvairius konfliktus ar problemas susijusias su priklausomybėmis.

2. **Visuomenės informavimas ir konsultavimas.** Dažnai susidūrus su tam tikromis problemomis (pvz. smurtu artimoje aplinkoje, priklausomybėmis, įvairiomis krizėmis ir pan.), nežino, kokie yra galimi būdai problemai spręsti, bei kur gali ieškoti informacijos ir pagalbos. Todėl svarbu aktyviai viešinti informaciją apie įvairias organizacijas, jų teikiamas paslaugas, vykdomus mokymus, laisvalaikio praleidimo įvairovę, sportą ir sveiką mitybą ir kt.. Populiarinti ir skatinti naudotis šiomis paslaugomis, pabrėžiant jų teikiamą naudą bei formuojant teigiamą požiūrį (pvz. į psichologo paslaugas ar kt.).

3. **Šeimos įgūdžių ugdymo ir sociokultūrinės paslaugos.** Paslaugos, teikiamos šeimoms, norinčioms tobulinti ar įgyti tėvystės įgūdžių, siekiant išugdyti geriausias tėvų ir vaikų savybes bei padėti jiems atskleisti savo gebėjimus ir galimybes. Šeimos tvirtumą mažina ribotos žinios apie galimybes taikiai spręsti iškylančias problemas, konfliktus, kurti tvirtus santykius, menka empatija, didėjantis susvetimėjimas. Šeimoje išmokstame vertybių, kuriomis vadovaujamės savo gyvenimą, atsakomybės, drausmės, valdyti savo emocijas, empatijos. Šiuo tikslu gali būti organizuojami įvairūs grupių užsiėmimai, šeimų klubų veikla, mokymai šeimos finansų planavimo ir valdymo srityje, emocinio intelekto stiprinimo mokymai, šeimų stovyklų organizavimas, neformalios pagalbos, savanorystės skatinimas ir kt..

5. **Psichosocialinė pagalba** - pagalba asmenims, išgyvenantiems krizę ar patyrusiems traumuojančius emocinius išgyvenimus (ligas, netektis, skyrybas ir kt.), ir jų šeimoms, artimiesiems, apimanti socialinę, psichologinę, psichoterapinę pagalbą, sielovadą, taip pat pagalbą įveikiant priklausomybes nuo psichoaktyviųjų medžiagų, lošimų ir kt.;
6. **Darbo ir vaikų priežiūros suderinimas.** Ypatingai daug konfliktų, nesusitarimų, įtampos kyla dėl to, kad dirbantys tėvai neturi galimybės užtikrinti tinkamą vaikų priežiūrą po pamokų, atostogų metu, savaitgaliais; neturi galimybės po pamokų palydėti vaikus į neformalaus ugdymo būrelius, taip apribojant vaiko galimybes vystyti savo talentus. Savivaldybės gali skatinti nebrangių, kokybiškų, dirbančių tėvų poreikius bei vaiko ugdymo poreikius atitinkančių vaiko priežiūros įstaigų kūrimą, dienos centrų, kur vaikams bus užtikrinta tinkama priežiūra, kokybiška neformalaus ugdymo veikla, kuri padėtų lavinti vaiko gebėjimus ir įgūdžius, gebėjimus įveikti sunkumus.
7. **Turiningo laisvalaikio organizavimas.** Laikas praleistas kartu yra neįkainojamas ir darantis didžiausią teigiamą įtaką tarpusavio bendravimui. Šeimos narių tarpusavio santykiai yra svarbus vaiko asmenybės formavimosi bei fizinės ir psichikos sveikatos veiksnys. Bendras laisvalaikio praleidimas padeda pamiršti kasdienius rūpesčius, atsipalaiduoti, atrasti savo stipriąsias puses, didinti pasitikėjimą savimi ir savo artimaisiais. Bet kokia veikla kartu su šeima, ar tai būtų sportas, maisto gaminimas, kūrybiniai užsiėmimai, šokio/meno terapija, poilsis gamtoje, paprastas pasivaikščiojimas, sukelia daug teigiamų emocijų ir palieka šiltus prisiminimus. Prasmingo laisvalaikio dėka irgi yra ugdoma jaunoji karta, formuojamas visuomenės požiūris, skatinama domėtis sveiku gyvenimo būdu, įvairiomis naujovėmis. Svarbu pasiūlyti sporto ir aktyvaus poilsio paslaugų įvairovę, įrengti ir atnaujinti sporto infrastruktūrą, pažintinius takus, tvarkyti parkus, pritaikyti įvairias erdves šeimos poilsiui, pramogoms bei kūrybiniais užsiėmimams. Skatinti verslą bei įvairias organizacijas domėtis šeimų poreikiais ir teikti paslaugas, kurios būtų prieinamos ir aktualios savivaldybių gyventojams.
8. **Sveiko gyvenimo būdo populiarinimas.** Svarbiausi sveikos gyvensenos elementai yra: fizinis aktyvumas, racionali mityba, tinkamas poilsis, ramus dvasinis pasaulis, sveikatai žalingų įpročių atsisakymas. Vaikų sveikata labai priklauso nuo mitybos, materialinių gyvenimo sąlygų, darbo ir poilsio režimo, ekologijos, tėvų ir pačių vaikų požiūrio į savo sveikatą. Šie veiksniai nėra lengvai valdomi. Tėvus nuolat reikia šviesti ir skatinti domėtis sveikatingumu, patarti, kaip ir kokiais

būdais galima suteikti žinių ir įgūdžių apie sveiką gyvenimo būdą, formuoti teigiamą požiūrį į sportą, sveiką mitybą, psichologinę sveikatą. Ugdyti sveiko gyvenimo būdo įgūdžius galima įtraukiant visus šeimos narius į įvairias sporto treniruotes, renginius, rengiant praktines sveikos mitybos pamokas.