



TYRIMO

**„NEIGIAMŲ SOCIALINIŲ REIŠKINIŲ PAPLITIMO DINAMIKA TARP RASEINIŲ
RAJONO MOKINIŲ
2005-2010 M.“**

REZULTATŲ ANALIZĖ

**RASEINIAI
2011**

1. TYRIMO TIKSLAI IR UŽDAVINIAI

Tyrimo tikslas ir uždaviniai:

- ✓ Įvertinti neigiamų socialinių reiškinių paplitimo Raseinių rajono mokinių tarpe dinamiką 2005-2010 m.
- ✓ Nustatyti skirtingų mokinių grupių rizikos laipsnį.

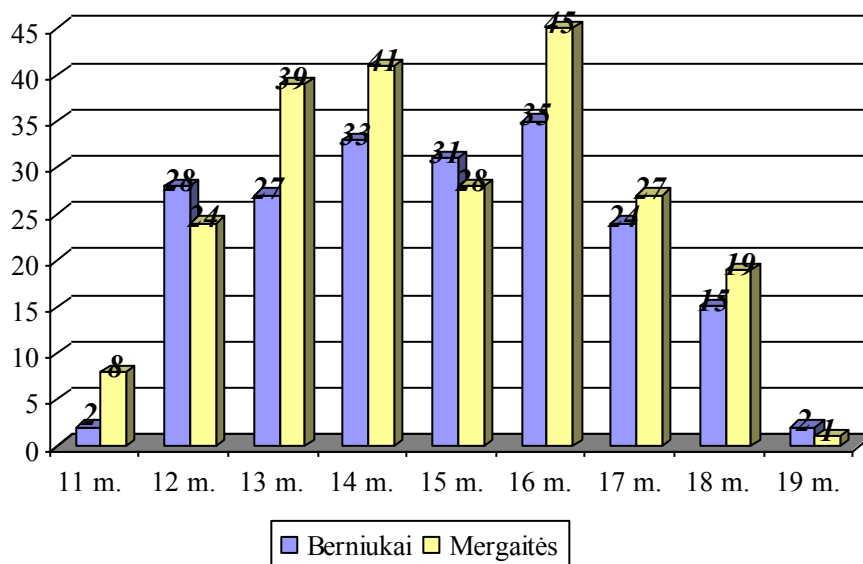
Tyrimo analizuojami neigiami socialiniai reiškiniai:

- ✓ Narkotinė elgsena (rūkymas, alkoholio, narkotikų vartojimas)
- ✓ Smurtas mokykloje ir namuose
- ✓ Ankstyvi lytiniai santykiai
- ✓ Suicidinės tendencijos

2. TYRIMO METODIKA

2.1. Tiriamieji

Tyrimo dalyvavo 434 Raseinių rajono ugdymo įstaigų mokiniai (197 berniukai ir 232 mergaitės nuo 6 iki 12 klasės iš 14 rajono ugdymo įstaigos (žr. 1 pav.).



1 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal amžių ir lytį.

Tiriamieji atrinkti remiantis stratifikuota tikimybine atranka, kai žinomas generalinės visumos dydis N.

2.2. Tyrimo metodika

Tyrimo naudojami kiekybiniai ir kokybiniai tyrimo metodai;

- dokumentų analizė;
- moksleivių anketinė apklausa.

Tyrimo metodikos parengtos Raseinių pedagoginėje psichologinėje tarnyboje.

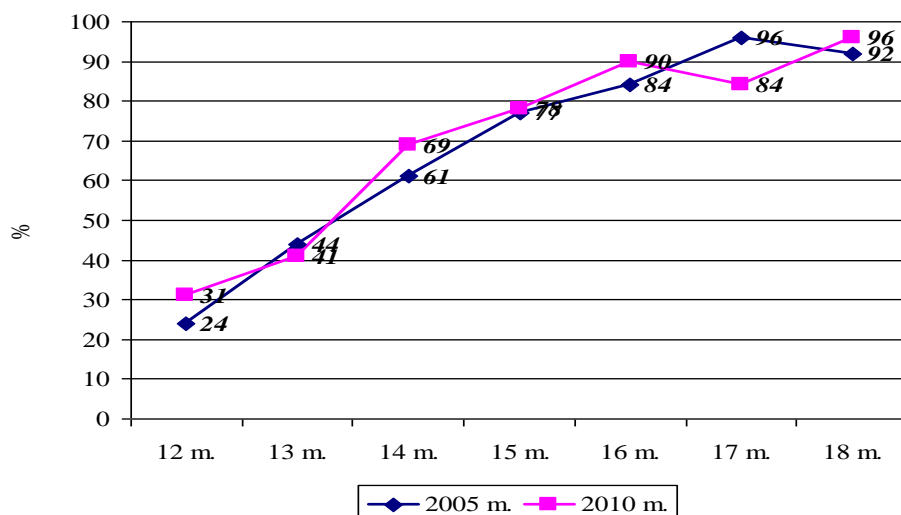
3. REZULTATAI IR JŲ ANALIZĖ

3.1. Narkotinės elgsenos paplitimas

3.1.1. Alkoholio vartojimo problema tarp Raseinių rajono mokinių

Tyrimo rezultatai rodo, kad Raseinių rajone vaikų abstinentų liko mažiau nei trečdalis: alkoholinių gėrimų išvis nevartoja 31,6% 6-12 klasių moksleivių (2005 m. - 33,5%). Dažniau ar rečiau alkoholi vartoja daugiau nei 2 trečdaliai (68,4%) rajono moksleivių.

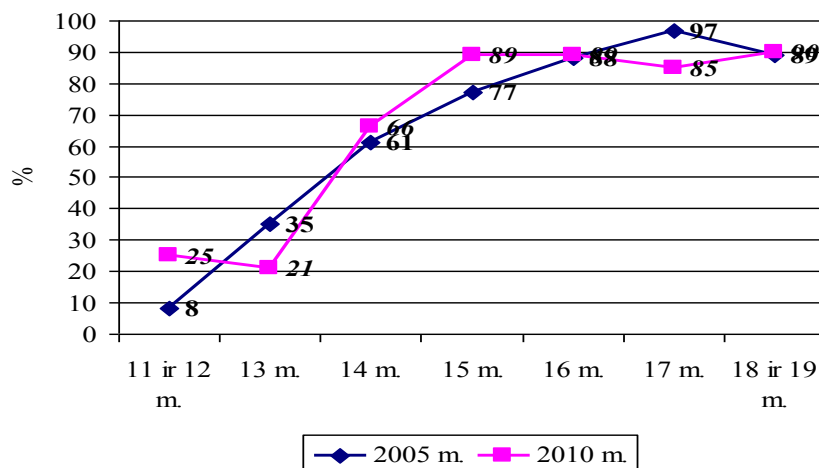
Per pastaruosius 5 metus alkoholio vartojimas tarp mokinių išaugo 1,9% (žr. 2 pav.).



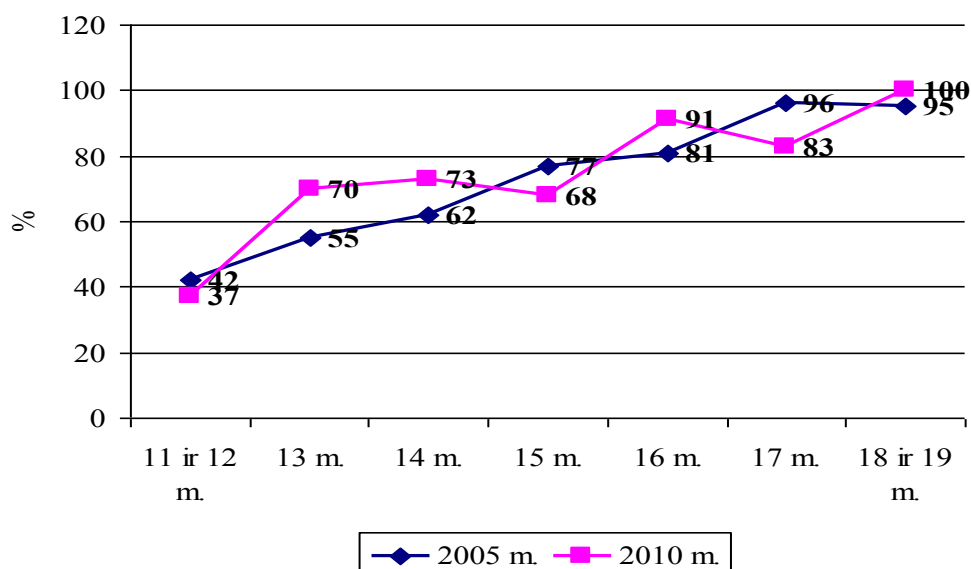
2 pav. Alkoholio vartojimo mokinių tarpe dinamika skirtingose amžiaus grupėse (%).

Alkoholi vartoti jaunimas pradeda kur kas anksčiau nei rūkyti – apytikriai 6-7 klasėse. Pastaraisiais metais stebimas šios problemos „jaunėjimas“: 2005-ųjų metų tyrimo duomenimis alkoholi vartojo ketvirtadalis dvylikamečių, tuo tarpu 2010-aisiais - jau beveik trečdalis dvylikamečių. Ypatingai alkoholio vartojimas išauga mokiniams pereinant į paauglystės amžiaus tarpsnį: t.y. jei 13-mečių tarpe alkoholi vartoja 41% mokinių, tai 14-mečių tarpe jau net 69%. Nuo 16 metų alkoholiniai gėrimai tampa įprastu įvairių švenčių, pramogų, atsipalaidavimo, o kartais net ir kasdienybės palydovu.

Alkoholio vartojimo augimas kur kas ryškesnis tarp berniukų: nuo 69,5 % 2005 m. iki 73% 2010 m. Mergaičių tarpe alkoholio vartojimo situacija išlieka stabili (nuo 63,9% 2005 metais iki 64% 2010 m.) (žr. 3 ir 4 pav.).



3 pav. Alkoholio vartojimo dinamika tarp mergaičių (%).



4 pav. Alkoholio vartojimo dinamika tarp berniukų (%).

Alkoholio vartojimas - viena opiausių problemų tarp Raseinių rajono mokinių. Ši problema egzistuoja nepriklausomai nuo mokinių amžiaus, lyties ar gyvenamosios vietos.

Klaidinga manyti, kad alkoholį vartoja tik asocialių ar rizikos grupės šeimų vaikai. Su šia problema susiduria ir taip vadinamų „normalių“ šeimų vaikai.

Alkoholio vartojimas jaunimo tarpe pasiekė grėsmingą mastą ne tik Raseinių rajone. Tyrimų duomenimis, Lietuva yra šalis, turinti didžiausius alkoholinių gėrimų vartojimų rodiklius, lyginant su kitomis Europos šalimis.

Psichologai, medikai ir kiti specialistai šiuo klausimu laikosi gana griežtos nuomonės: vaikai nuo pat mažumės visur ir visada (namuose, svečiuose, parduotuvėje, kelyje, kasdienybėje, per šventes) stebi savo tėvus ir iš jų mokosi. Tėvai yra įtakingiausi ir stipriausi elgesio modeliai savo vaikams. Gana dažnai tėvai klaidingai mano, kad kol vaikai maži, jie nieko nesupranta. Deja, stebėdami savo tėvus, nors ir nekaltai kilnojančius taurelę švenčių metu (gana dažnai net per vaikų gimtadienius), vaikai nuo pat mažų dienų susiformuoja nuostata, kad alkoholis yra savaime suprantamas dalykas. Nealkoholinio vaikiško šampano vartojimas per vaikų gimtadienius lygiai taip pat vaiko pasaulėžiūroje formuoja įsitikinimą, kad alkoholis būtinas kiekvienos šventės atributas, ir kai tik galės, jie patys savo šventėms pasistengs įsigyti alkoholio (ką, beje, patvirtina šio tyrimo rezultatai).

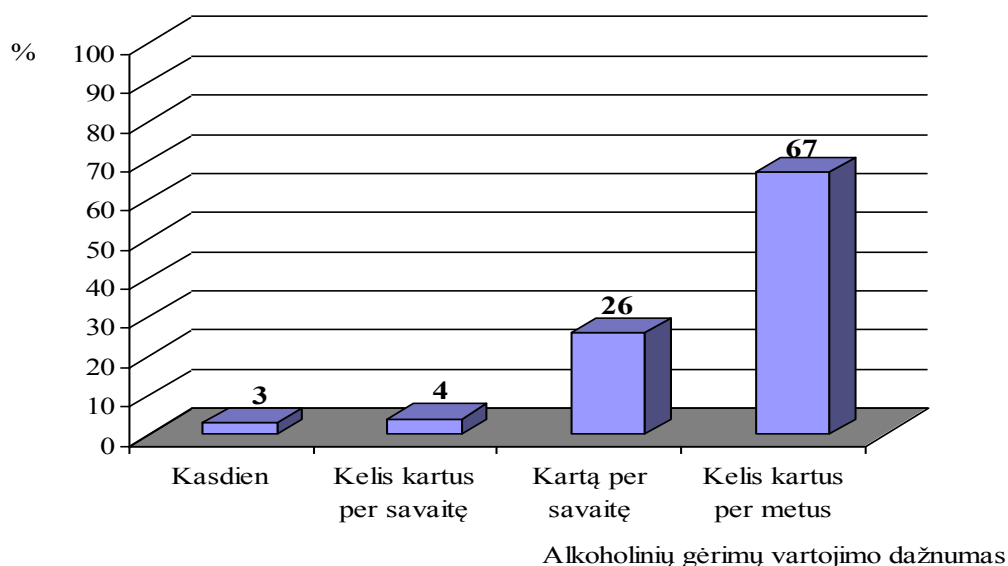
Tiesa, neapgalvotai kaltinti tėvų nereiktų, nes labai dažnai jie taip elgiasi paprasčiausiai dėl žinių trūkumo. Atsižvelgiant į tai, būtina kuo daugiau dėmesio skirti pedagoginiam bei psichologiniam tėvų švietimui.

3.1.2. Alkoholio vartojimo įpročiai

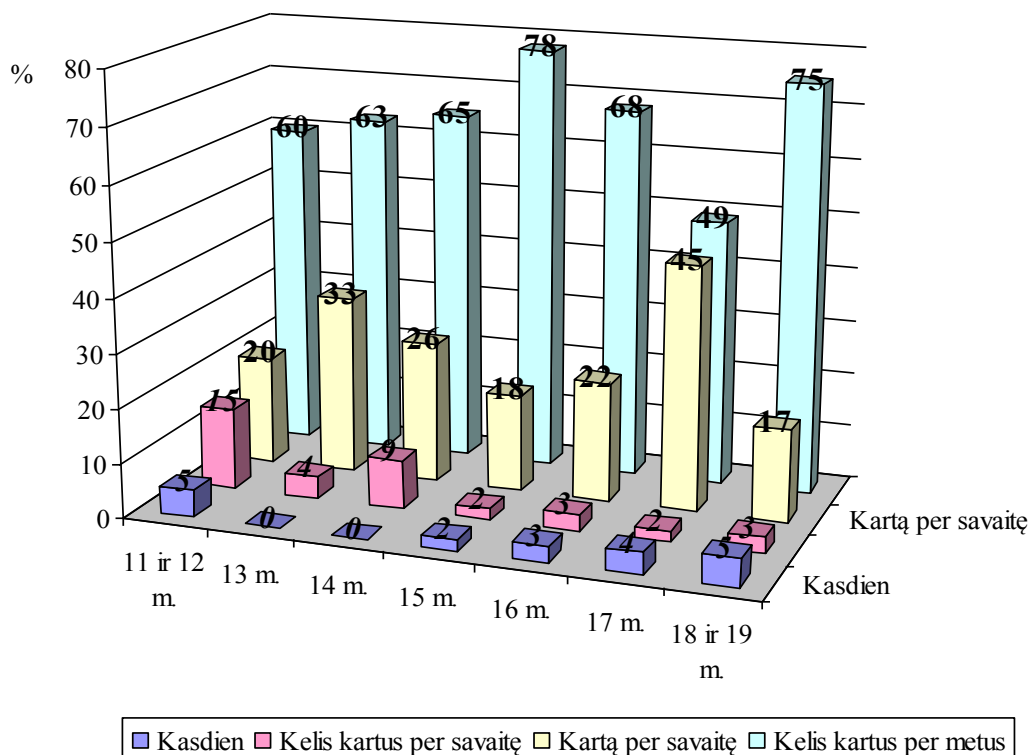
3.1.2.1. Alkoholio vartojimo dažnumas

Didžioji dalis mokinių alkoholį vartoja keletą kartų per metus įvairių švenčių metu (t.y. per savo ir draugų gimtadienius, šv. Kalėdas, šv. Velykas, Naujus metus ir t.t.). Tačiau net ¼ visų rajono 6-12 klasių mokinių alkoholį vartoja kartą per savaitę.

Ypač didelį susirūpinimą kelia 7 procentai moksleivių, kurie alkoholį geria kasdien arba kelis kartus per savaitę (žr. 5 pav., 6 pav.).



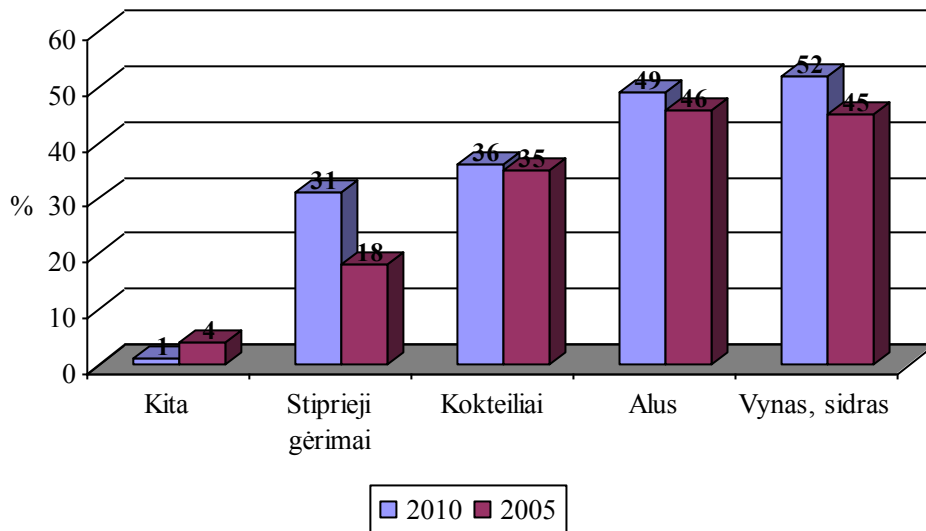
5 pav. Alkoholinių gėrimų vartojimo dažnumas tarp Raseinių rajono mokinių (% , 2010 m.).



6 pav. Alkoholinių gėrimų vartojimo dažnumas atskirose amžiaus tarpsniuose (% , 2010 m.).

3.1.2.2. Alkoholio rūšių pasirinkimas

Populiariausi tarp mokinių yra vynas, šampanizuotas vynas, sidras (jį vartoja 52% 6-12 klasių mokinių) ir alus (pastarąjį alkoholinį gėrimą vartoja 49% mokinių) (žr. 7 pav.).



7 pav. Pokyčiai alkoholinių gėrimų rūšių vartojime (%)

Visuomenėje egzistuoja mitas, kad alus neturi tiek daug alkoholio kaip kiti gėrimai. Deja, faktas yra toks, kad 0,33 litro butelis alaus turi tokį patį kiekį alkoholio, kaip standartinis stikluokas stipriųjų gėrimų, ar stiklas vyno. Tėvai gana dažnai linkę manyti, kad vaikams išgerti truputį alaus ar šampano - nieko baisaus, svarbu, kad tik degtinės negertų. Tyrimo rezultatai rodo, kad stipriųjų alkoholinių gėrimų vartojimas jaunimo tarpe išaugo 13%, ir šiuo metu stiprius alkoholinius gėrimus vartoja beveik trečdalis mokinių (31 %).

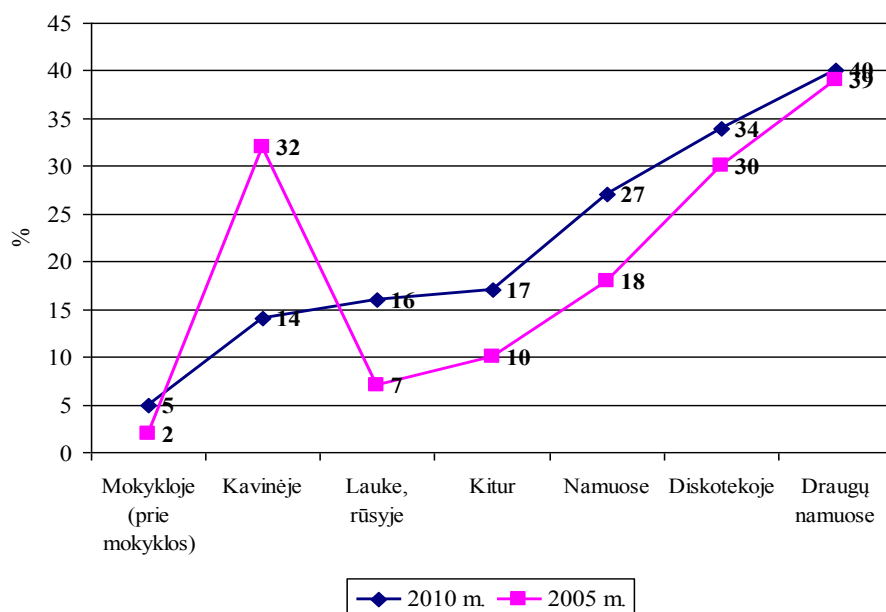
Vadinasi, tolerancija silpnesiems alkoholiniams gėrimams, siekiant sustabdyti stipriųjų vartojimą, duoda atvirkštinį efektą.

Kita vertus, didžiulę įtaką jaunimo sąmonei daro alkoholinių gėrimų reklama. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, daugelyje išsivysčiusių šalių alkoholio gaminiai yra labiausiai reklamuojami produktai. Lietuvoje alkoholio reklama išleidžiamos taip pat įspūdingos sumos – 363,6 mln. litų. Alus – viena dažniausiai reklamuojamų prekių.

Mokslininkai nustatė, kad alkoholio reklama turi didelę įtaką paaugliams: formuoja teigiamą požiūrį į alkoholį, skatina išmėginti alkoholinius gėrimus. Europos Alkoholio ir sveikatos forumo mokslinės grupės atlikta studijų apžvalga apie prekybos komunikacijos daromą poveikį jaunų žmonių alkoholio vartojimo įpročiams parodė, jog alkoholio reklama labiausiai įtakoja dar negeriančius jaunuolius bei padidina suvartojamo alkoholio kiekį tarp jau geriančių bendraamžių. Dėl šių priežasčių, alkoholio reklamos kontrolei turėtų būti skiriamas ypatingas dėmesys. Kauno medicinos universiteto dr. Aurelijaus Verygos teigimu, Lietuvoje nuolat pažeidinėjamos įstatymo nuostatos, reglamentuojančios reklamą, sidro ir alkoholinių kokteilių rinkodara orientuota į jaunimą, sąmoningai piktnaudžiaujama įstatymo spragomis.

3.1.2.3. Alkoholio vartojimo vietos

Alkoholis mokinių tarpe dažniausiai vartojamas namuose: beveik pusė alkoholį vartojančių mokinių tai daro savo ar draugų namuose (žr. 8 pav.).



8 pav. Alkoholio vartojimo vietos 2005 ir 2010 m. (%)

Vilniaus universiteto, Filosofijos fakulteto, Bendrosios psichologijos katedros docentės dr. Laimos Bulotaitės teigimu, tėvai labai dažnai turi klaidingą įsitikinimą, kad vaikas anksčiau ar vėliau vis tiek pavartos alkoholio, todėl geriau, kad jis tai pabandytų saugioje aplinkoje – namuose. Paprastai vaikui leidžiama truputėlį išgerti, o kartais tik įkišti pirštą į taurelę, tikintis, kad vaikas pamatys, kaip jam blogai ir daugiau nevertos. Deja tyrimai rodo, kad tokiais atvejais vaikams susiformuoja kitoks požiūris nei tikėtasi. Vaikai įsitikinę, kad tėvai jiems duoda tik gerus dalykus, todėl alkoholis, jei jį vartoja tėvai, ar net jo duoda paragauti vaikui, nėra blogas. Taip formuojama alkoholiui palanki vaikų mąstysena. Kartais tėvai netgi skatina vaikus daugiau vartoti alkoholio, kad tik jie nevertotų narkotikų. Toks tolerantiškas tėvų požiūris į alkoholį yra viena iš svarbiausių priežasčių, įtakančių šios problemos augimą jaunimo tarpe.

Kaip rodo tyrimo rezultatai, net trečdalis mokinių alkoholį vartoja diskotekose. Lietuvos Respublikos įstatymai draudžia nepilnamečiams vartoti ar turėti alkoholinius gėrimus, o prekybininkams – nepilnamečiams juos parduoti: Administracinių teisės pažeidimų kodeksas numato administracinę atsakomybę – baudą nuo 50 iki 100 litų tėvams ar globėjams (rūpintojams) už nepilnamečių iki 16 metų pasirodymą viešose vietose esant girtiems, taip pat už jų alkoholinių gėrimų ir kitų svaigalų, pagamintų naudojant spiritą, vartojimą ar turėjimą. Girtų nepilnamečių nuo 16 iki 18 metų pasirodymas viešose vietose, taip pat jų gėrimas alkoholinių gėrimų ar turėjimas – užtraukia jiems baudą nuo 30 iki 50 litų.

Prekybos ir viešojo maitinimo įmonių darbuotojų padarytas prekybos alkoholiniais gėrimais (įskaitant alų) taisyklių pažeidimas, t.y. alkoholio pardavimas nepilnamečiams – užtraukia baudą nuo 50 iki 100 litų su alkoholinių gėrimų konfiskavimu ar be konfiskavimo.

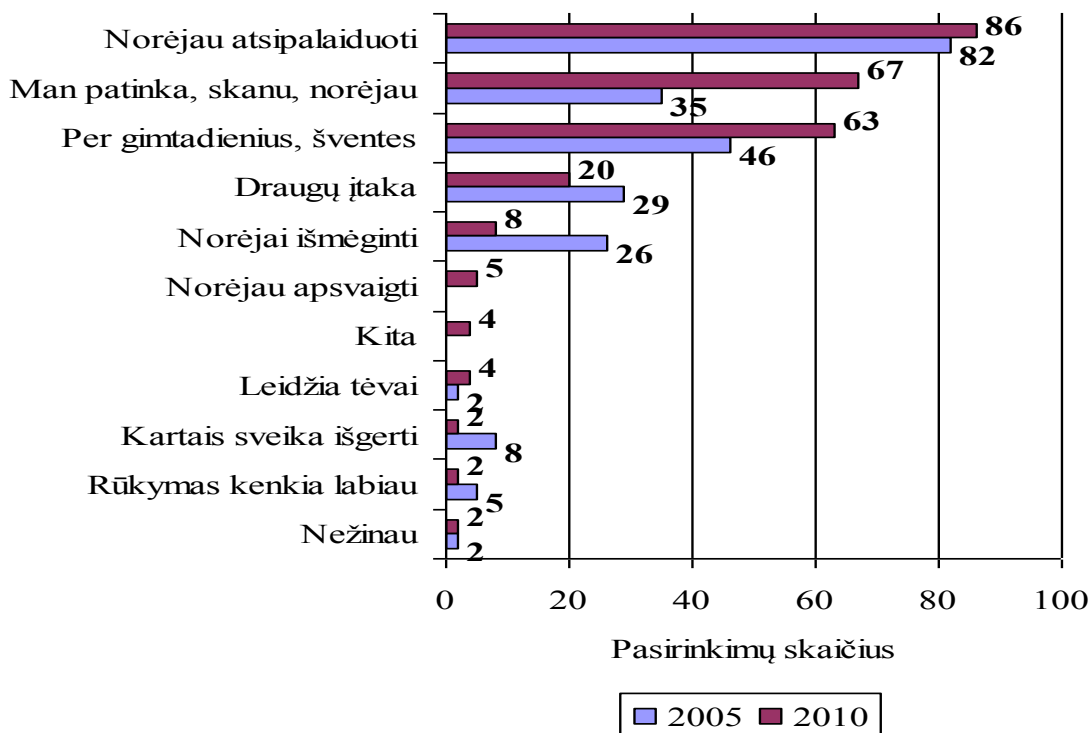
Didelis procentas mokinių, diskotekose vartojančių alkoholinius gėrimus, rodo ne tik tėvų, bet ir visos visuomenės atsakomybės stoką, bei įpareigoja valdžios institucijas aktyviau įsitraukti į prevencinę veiklą bei imtis griežtų intervencinių priemonių.

3.1.2.4. Alkoholio vartojimo priežastys

Pagrindinės priežastys, skatinančios jaunimą vartoti alkoholinius gėrimus – noras atsipalaiduoti, besiformuojanti psichologinė (tam tikrais atvejais gal net ir fizinė priklausomybė), tradicijos ir įpročiai.

Augantis poreikis alkoholį vartoti kaip atsipalaidavimo priemonę rodo vis mažėjantį jaunimo gebėjimą rasti alternatyvias atsipalaidavimo priemones, būdus. Dažnai stokojama elementarių bendravimo gebėjimų, alkoholis naudojamas kaip pokalbio „stimulatorius“, neįdomių pauzių „užpildas“.

Ypač didžiulis šuolis stebimas vertinant psichologinės priklausomybės alkoholiui augimą (paprastai, šią priklausomybę turintys asmenys, nurodo, kad alkoholio (ar rūkymo) vartojimas suteikia malonumą, pasitenkinimą): jei 2005 metais tokių moksleivių buvo 35%, tai 2010 šis skaičius išaugo beveik dvigubai – iki 67% (žr. 9 pav.).

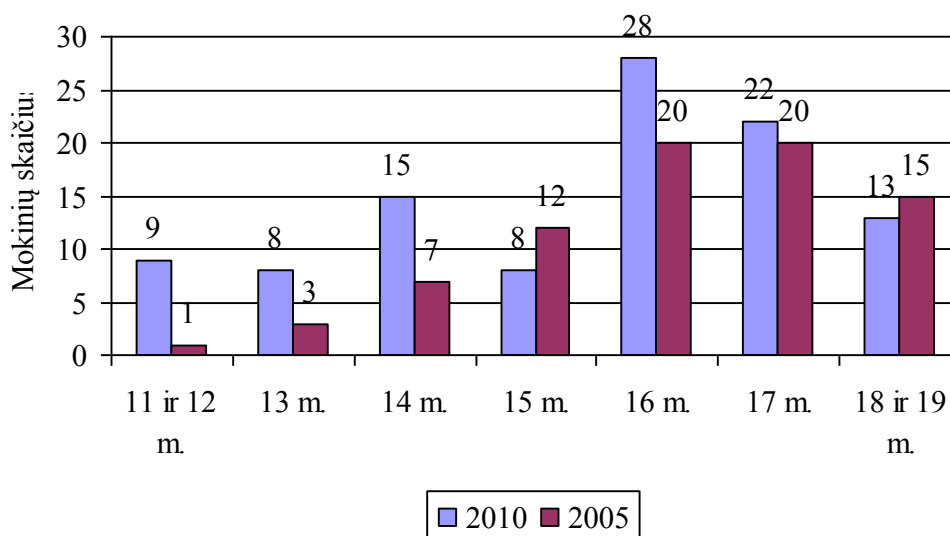


9 pav. Alkoholio vartojimo priežastys 2005, 2010 m.

Šeimose vyraujančios tradicijos – alkoholinius gėrimus vartoti įvairių švenčių metu – trečiasis faktorius, atitinkamai veikiantis jaunimo alkoholinę elgseną. Šventės vis dažniau (net 17% daugiau nei prieš 5 metus!) siejamos su alkoholio vartojimu.

3.1.2. Rūkymo problema Raseinių rajono mokinių tarpe

Trečioji pagal paplitimo mastą problema 6 – 12 klasių mokinių tarpe – rūkymas. Per pastaruosius 5 metus rūkymas išaugo 2,5% (2005 m. rūkė 18,5% mokinių, 2010 m. - 21% (žr. 10 pav.).



10 pav. Rūkymo dinamika skirtingais amžiaus tarpsniais (%).

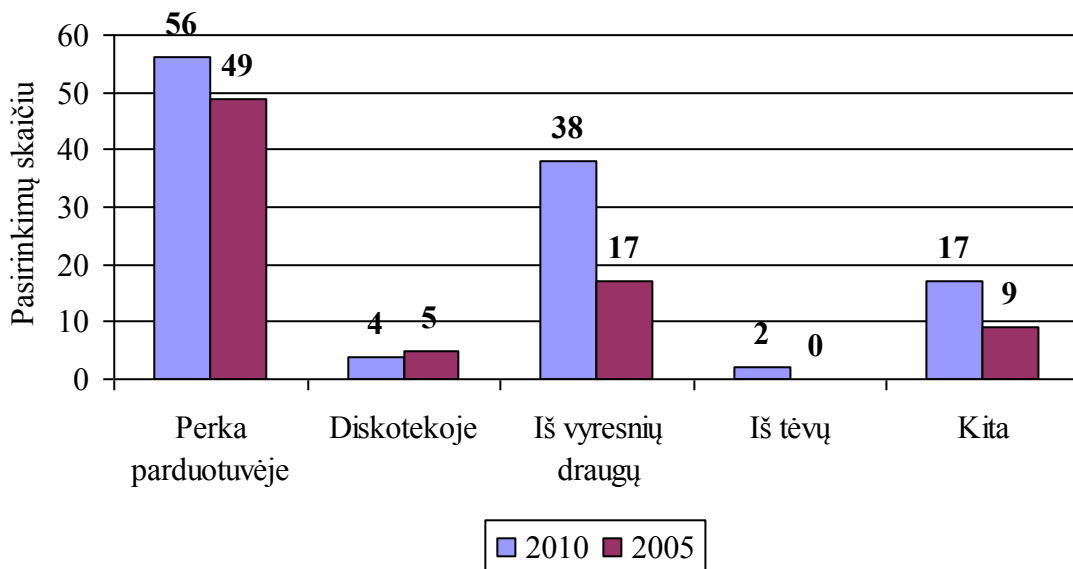
Ypač rūkymo problema išaugo ankstyvojoje paauglystėje (11-14 m. mokinių tarpe): 6 klasėse net 9 kartus, 7 klasėse – 2,7 karto, 8 klasėse – 2 kartus, 10 klasėse – 1,4 karto. Vadinasi, aktyviausiai intervencija į šią problemą turėtų prasidėti jau 6 klasėse (prieš 5 metus šios problemos pikas buvo fiksuojamas 9 klasėse), o prevencijai tinkamiausias laikas – pradinės klasės.

Rūkymo problema labiau paplitusi berniukų tarpe: berniukai rūko 2 kartus intensyviau nei mergaitės. 2005 metais esminio skirtumo tarp rūkančių berniukų ir mergaičių nebuvo fiksuojama: praktiškai visose amžiaus grupėse rūkė vienodas skaičius abiejų lyčių atstovų.

Rūkantys vaikai, jaunimas vidutiniškai surūko 8-9 cigaretes per dieną.

Viena priežasčių, sąlygojančių rūkymo problemos išaugimą mokinių tarpe jau 6 klasėje, sudėtingo ir sunkaus vaiko raidos tarpsnio – paauglystės - pradžia. Šiuo laikotarpiu vaikas stengiasi išsilaisvinti nuo tėvų įtakos, vis daugiau prisiimti bendraamžių vertybių. Bendraamžiai labai paveikia visą paauglio socialinį gyvenimą. Jau seniai nustatyta, kad kuo intensyviau bendraujama su bendraamžiais grupėje, tuo dažnesni asocialūs poelgiai, ir tai neleidžia pastebėti pozityvių bendravimo aspektų socializacijai ir socialiniams įgūdžiams.

Vienaip ar kitaip, kai kurioms paauglio asocialaus elgesio formoms įtakos turi ne tik bendraamžiai, bet ir kiti socialiniai bei asmeniniai veiksniai. Rūkymo problemos atveju vienas tokių veiksnių – lengvai pasiekiamą galimybę įsigyti rūkalų (žr. 11 pav.).



11 pav. Rūkalų įsigijimo galimybių Raseinių rajone dinamika.

2010 metų tyrimo rezultatus lyginant su 2005 metų tyrimo rezultatais, stebime didesnę galimybę rūkalų laisvai įsigyti parduotuvėse, dvigubai išaugo vyresnių draugų įtaka ir net 2% tiriamųjų nurodė rūkalų gaunantys iš tėvų.

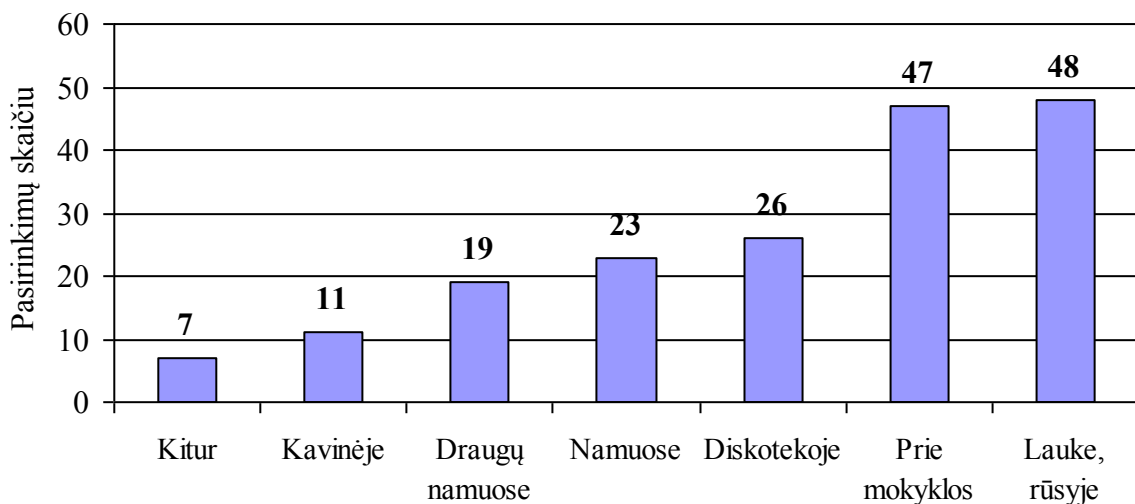
Lietuvos Respublikos Tabako kontrolės įstatymo 14 straipsnio 5 dalies 3 punktu teigiama, kad Lietuvos Respublikoje draudžiama parduoti tabako gaminius asmenims iki 18 metų. Tabako gaminių pardavėjai turi teisę, o kai kyla abejonių, kad asmuo yra jaunesnis negu 18 metų, privalo iš perkančio tabako gaminius asmens reikalauti pateikti asmens amžių liudijantį dokumentą. Jeigu toks asmuo nepateikia amžių liudijančio dokumento, tabako gaminių pardavėjai privalo atsisakyti parduoti jam tabako gaminius. Už šio draudimo pažeidimą asmenys baudžiami nuo trijų tūkstančių iki penkių tūkstančių litų bauda. Už toje pačioje prekybos vietoje per vienerius metus nuo baudos paskyrimo pakartotinai padarytą pažeidimą juridiniai asmenys baudžiami nuo penkių tūkstančių iki dešimties tūkstančių litų bauda ir panaikinamas licencijos galiojimas toje prekybos vietoje, kurioje nustatytas pažeidimas.

Apklausoje rezultatai leidžia kelti prielaidą, kad rūkalų pardavėjai įstatymo draudimų nepaiso.

38% rūkančių mokinių rūkalų gauna iš vyresnių draugų. Tai antroji pagal dažnumą galimybė įsigyti rūkalų. Jau minėto įstatymo 14 straipsnio 6 dalyje teigiama, kad draudžiama nupirkti ar kitaip perduoti tabako gaminius asmenims iki 18 metų. Panašu, kad ir šio draudimo nėra paisoma.

Trečioji pagal dažnumą rūkalų įsigijimo galimybė tiriamųjų buvo įvardijama kaip „taškai“, t.y. kontrabandinių cigarečių įsigijimas iš privačių fizinių asmenų. Į šį faktą daugiau dėmesio turėtų atkreipti rajono teisėsaugos institucijos.

Nerimą keliantis faktas yra tas, kad net pusė rajono vaikų, jaunimo teigia galintys laisvai rūkyti prie mokyklos (žr. 12 pav.). Lietuvos Respublikos Tabako kontrolės įstatymo 19 straipsnyje teigiama, kad Lietuvos Respublikoje rūkyti (vartoti tabako gaminius) draudžiama visose švietimo, sveikatos priežiūros įstaigose ir šių įstaigų teritorijose. Deja, ši įstatymo nuostata, siekianti riboti rūkalų vartojimą, įgyvendinama gana formaliai. Tiriamųjų teigimu, paėjus keletą žingsnių į šalį nuo formalios mokyklos teritorijos, galima laisvai rūkyti, nesusilaukiant mokyklos darbuotojų pastabų. Vykdamas rūkymo intervenciją ne tiek svarbu, kur mokinys rūko – mokyklos teritorijoje ar 2 žingsniai nuo jos, bet pats rūkymo faktas. „Nematymas“ rūkančių mokinių, kai jie rūko už mokyklos teritorijos ribų, rodo formalų švietimo įstaigų požiūrį į šios problemos intervenciją.

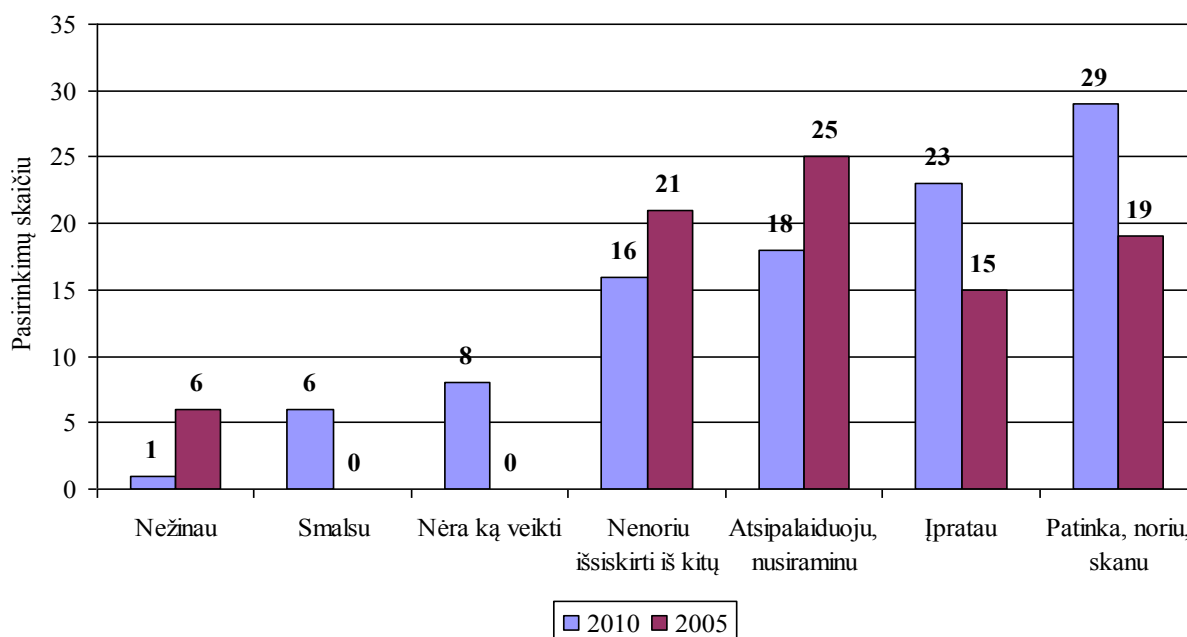


12 pav. Mokinių rūkymo vietos 2010 m.

Kita vertus, vykdamas jaunimo narkotinės elgsenos prevencinį darbą, būtina pakankamai laiko ir energijos skirti ir vaikų/jaunimo tėvų švietimui, atitinkamų nuostatų formavimui, kadangi ¼ tiriamųjų teigia galintys rūkyti savo namuose, 1/5 – draugų namuose.

Analizuojant rūkymo priežasčių dinamiką, galima stebėti sparčiai besiformuojančią priklausomybę nuo nikotino: jei 2005 m. priklausomi nuo nikotino buvo 15% rūkančių mokinių, tai 2010 m. - beveik ketvirtadalis. Nerimą kelia ir moksleiviai, teigiantys, kad rūko dėl to, kad patinka, noriu, skanu – tai besiformuojančios priklausomybės požymiai, ir tokių mokinių skaičius išaugo nuo penktadalio 2005 m. iki trečdaliu 2010 m. (žr. 13 pav.).

Tyrimo rezultatai rodo, kad rūkymas kaip atsipalaidavimo priemonės naudojimas sumažėjo 7%: jei 2005 m. ketvirtadalis mokinių teigė rūkantys dėl nusiramavimo ir atsipalaidavimo, tai 2010 m. jau mažiau nei penktadalis. Per pastaruosius 5 metus sumažėjo socialinio pageidaujiamumo faktoriaus įtaka rūkymui: 2005 m. penktadalis mokinių teigė rūkantys dėl to, kad nenori išsiskirti iš kitų mokinių, o 2010 – jau tik 16%.



13 pav. Mokinių rūkymo priežasčių dinamika.

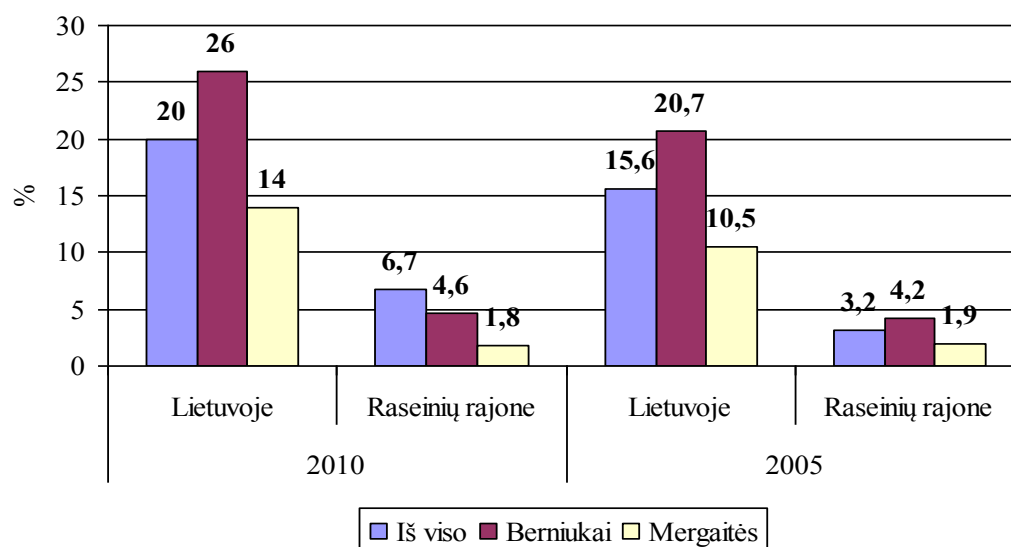
3.1.3. Narkotikų vartojimo problema Raseinių rajono mokinių tarpe.

Raseinių rajono mokinių tarpe narkotikus mėgino vartoti 28 apklausti mokiniai. Tai sudaro 6,5% visų tyrime dalyvavusių (2005 m. - 3,2%). Reguliariai vartojančių yra 1 (0,2 % visų rajono mokinių) (2005 m. tokių išvis nebuvo), 1-2 kartus gyvenime bandė 19 apklaustų (4,4 % visų rajono mokinių (2005 m. - 2,5%), 3 ir daugiau kartų gyvenime vartojo 8 mokiniai (1,8 % visų rajono mokinių (2005 - 0,5%).

Berniukai linkę išmėginti narkotikų poveikį dažniau nei mergaitės (40% mėginusių narkotikus – mergaitės), tačiau lyginant su 2005 metų rezultatais, atotrūkis mažėja (2005 m. iš narkotines medžiagas vartoti mėginusių 31% sudaro mergaitės).

Dažniausiai narkotines medžiagas pabando 16-17 metų amžiaus mokiniai, tačiau yra ir 12-mečių, pamėginusių narkotines medžiagas.

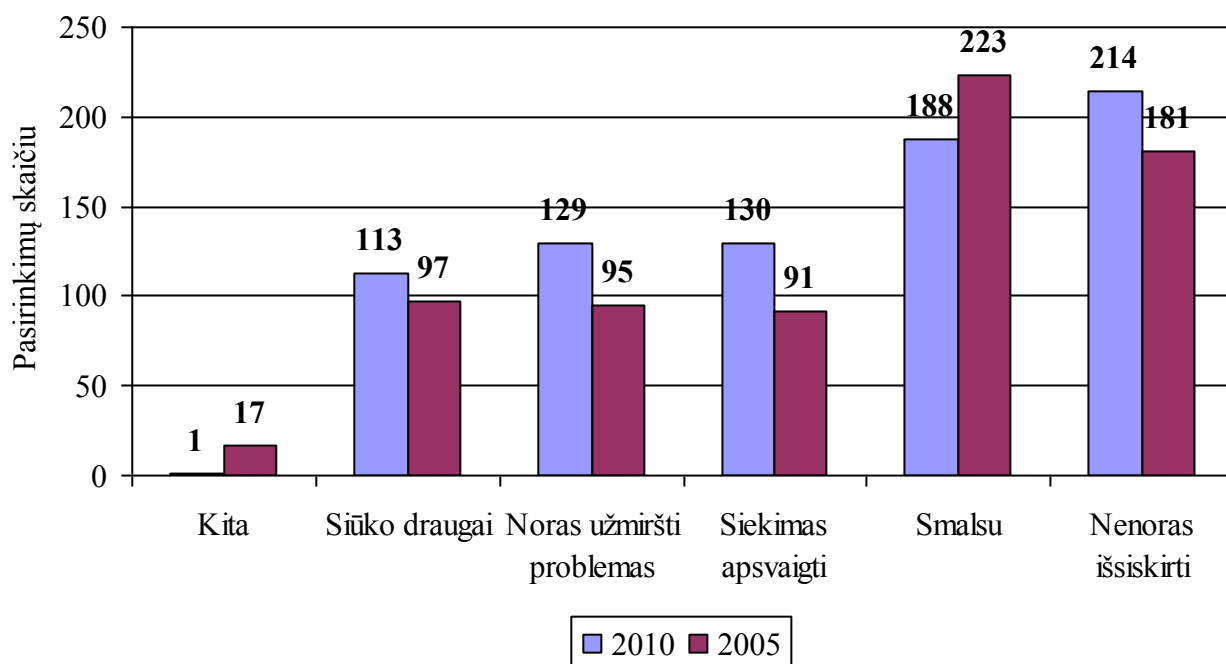
Lyginant narkotikų vartojimą Raseinių rajone ir visoje Lietuvoje, rezultatai palankesni Raseinių rajono naudai (žr. 14 pav.).



14 pav. Narkotikų vartojimo Raseinių rajono ir Lietuvos mokinių tarpe dinamika (%).

Raseinių rajono mokiniai 3 kartus mažiau vartoja narkotines medžiagas lyginant su visos šalies narkotikų suvartojimu mokinių tarpe (2005 metais - 5 kartus).

Analizuojant narkotikų vartojimo priežastis, pagrindinė priežastis, dėl ko vaikai/jaunimas pabando vieną ar kitų narkotinių medžiagų - smalsumas, siekimas pritapti prie kitų bendraamžių (žr. 15 pav.).



15 pav. Priežasčių, dėl kurių jaunimas vartoja narkotikus, pokyčiai (pasirinkimų skaičius).

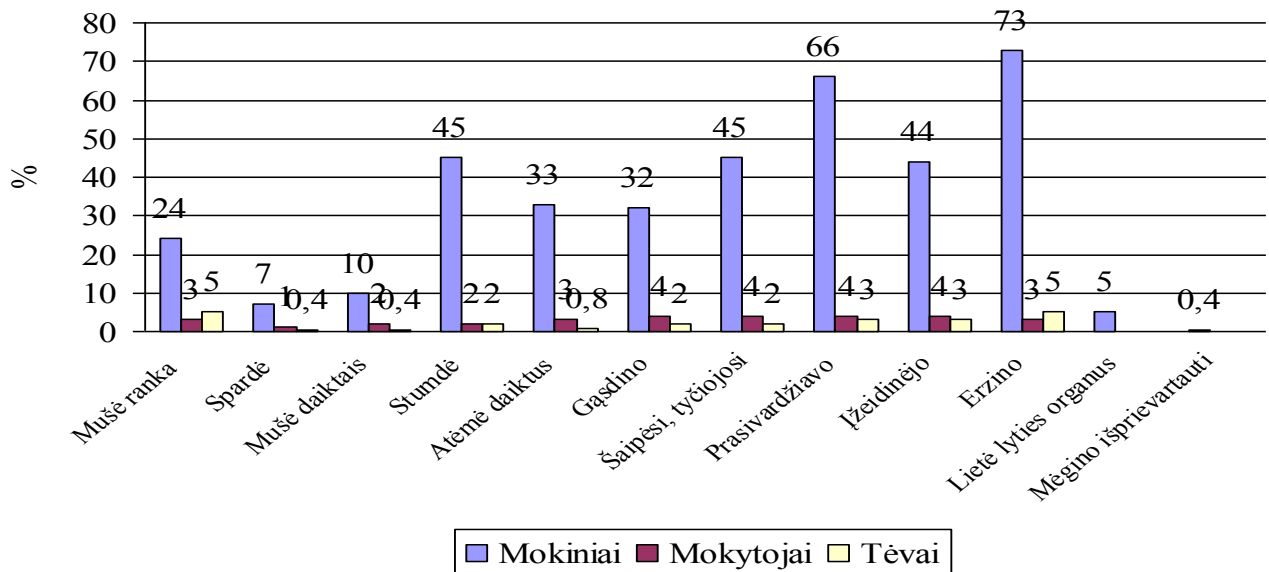
Per pastaruosius 5 metus vis dažniau jaunimas išmėgina narkotines medžiagas kaip būdą pamiršti problemas ar tiesiog siekiant apsvaigti.

Tyrimo rezultatai rodo, kad, vykdant prevencines programas, būtina didelį dėmesį skirti ne tik jaunimo, jų tėvų švietimui (vartojimo pavojų, pasekmių fizinei, psichinei sveikatai ir t.t. analizei), bet taip pat svarbu išsiaiškinti vaikų/jaunimo streso bei įtampos šaltinius, mokyti juos naujų streso įveikimo įgūdžių, įtampos sumažinimo būdų.

Daug dėmesio būtina skirti darbui su mokinių tėvais, jų mokymui užmegzti su vaiku dialogą, konstruktyviai bendrauti, kurti pagarbius tarpusavio santykius, kurie teiktų džiaugsmo tiek suaugusiems, tiek vaikams, pažinti ir suprasti savo ir vaikų jausmų pasaulį, nustatyti aiškias ribas ir taisykles, keisti vaikų netinkamą elgesį be prievartos (fizinį bausmių), skatinti vaikus bendradarbiauti ir konstruktyviai spręsti konfliktus, ugdyti jų savarankiškumą, stiprinti savigarbą.

3.2. Smurto problema Raseinių rajono mokinių tarpe

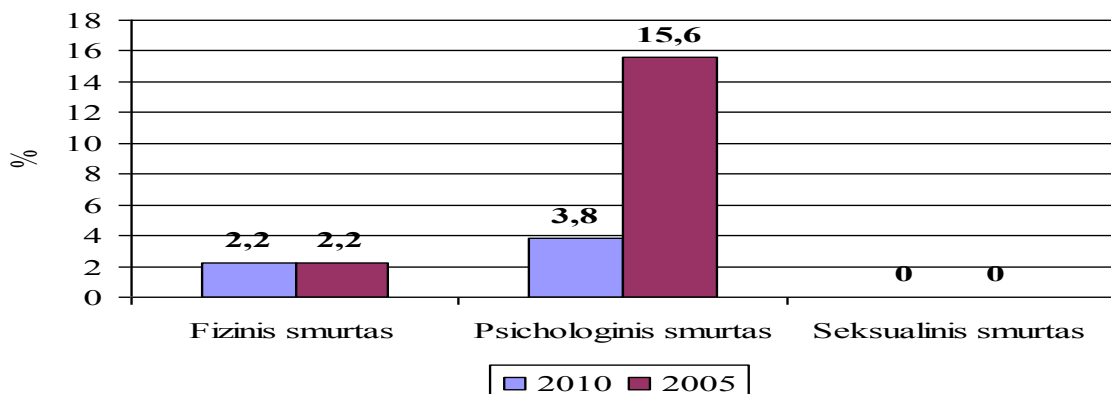
Analizuojant smurto paplitimą Raseinių rajono mokinių tarpe, stebimi teigiami pokyčiai: lyginant su 2005 metų rezultatais, smurto paplitimas sumažėjo net 20% nuo 79% - 2005 m. iki 59% 2010 m. (žr.16 pav.)



16 pav. Smurtas, patiriamas iš mokinių, mokytojų ir šeimos narių (2010 m., %)

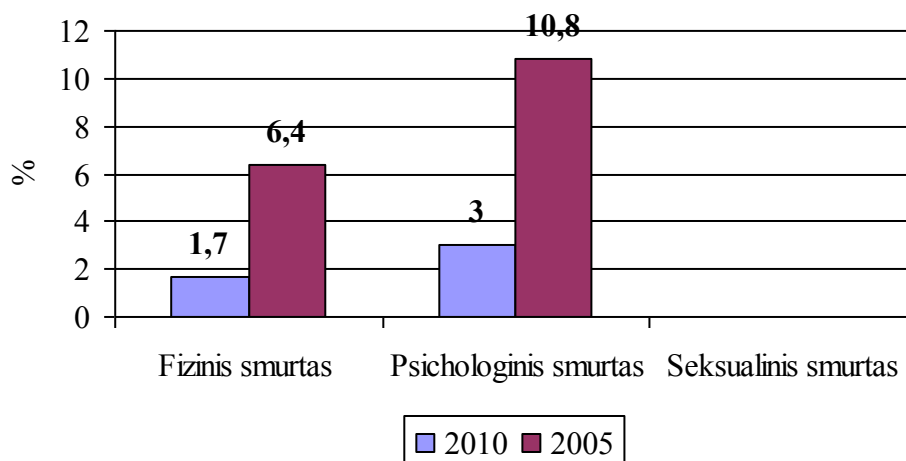
6-12 klasių mokiniai dažniausiai patiria psichologinį smurtą. Labiausiai paplitęs erzimas (73% mokinių yra erzunami bendraamžių), prasivardžiovimas (66% mokinių yra pravardžiuojami kitų bendraamžių), šaipymas, tyčiojimas (45%), ižeidinėjimas (44%). Dažniausiai psichologinis smurtas patiriamas iš bendraamžių.

Antroji „psichologinių smurtautojų“ grupė – mokytojai. 3,8% mokinių iš mokytojų pusės patiria įvairius grąšimus ir grąšinimus, yra mokytojų erzunami, ižeidinėjami, pravardžiuojami. Tai gana džiuginantys rezultatai, palyginus su 2005 m. tyrimo duomenimis: per pastaruosius 5 metus psichologinis smurtas, patiriamas iš mokytojų sumažėjo net 4 kartus (žr.17 pav.). Galima kelti prielaidą, kad dėmesys smurto problemai, intervencija bei prevencija ilgainiui duoda pageidaujamo rezultato.



17 pav. Smurto, patiriamo iš mokytojų, dinamika (%).

Mažiausiai emociškai prieš vaikus smurtauja šeimos nariai. Beje, ir šioje srityje stebimas smurto mažėjimas: beveik 4 kartus sumažėjo fizinis smurtas, 3 kartus – psichologinis (žr. 18 pav.).



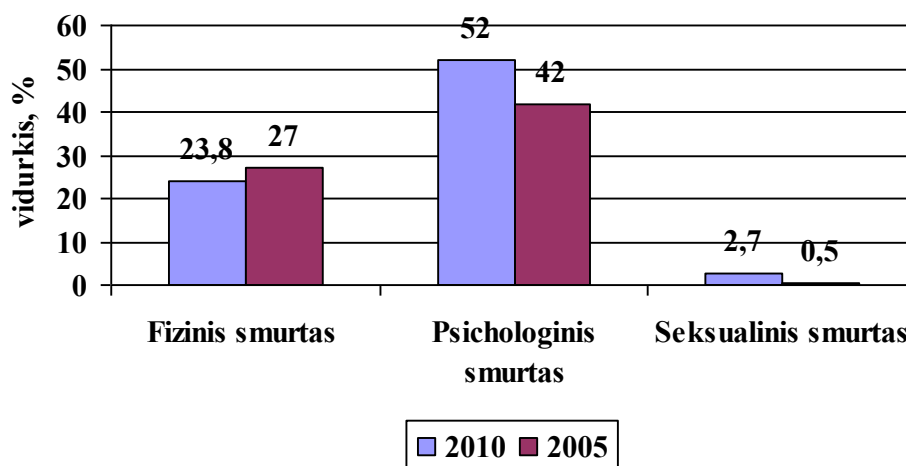
18 pav. Smurtas, patiriamo iš šeimos, dinamika (%)

Fizinis smurtas, kaip ir psichologinis, dažniausiai patiriamas iš bendraamžių pusės: 45% (2005-414%) mokinių buvo bendraamžių apstumdyti, 24% sumušti (2005-18%), 7% spardyti (2005-5%), iš 33% mokinių buvo atimti vieni ar kiti daiktai (2005-71%). Pastarasis skaičius, nors ir sumažėjęs, bet vis dar išlieka gąsdinantis, kadangi po šia statistika gali slypėti reketo tikimybė.

Antroji pagal dydį smurtautojų grupė – mokytojai. Nors šio rodiklio dinamika nestebima (ir 2005 m. ir 2010 m. tyrimų duomenimis fizinį smurtą naudojo 2,2% mokytojų), tačiau ženkliai sumažėjus fiziniam smurtui šeimose, pedagogai tapo antraisiais agresoriais po bendraamžių

Seksualinė prievarta patiriama tik iš mokinių pusės: ją patyrę yra 0,4% mokinių.

Vertinant smurto paplitimą mokinių tarpe, nors fizinio smurto apraiškų per pastarąjį laikotarpį šiek tiek ir sumažėjo, tačiau psichologinis smurtas išaugo net 10% (žr. 19 pav.).



19 pav. Smurtas, patiriamo iš mokinių, dinamika (% vidurkis)

Sprendžiant smurto problemą, nepakanka vien tik prevencinių priemonių. Šiuo atveju būtina aktyvi intervencinė veikla – vaiko teisių užtikrinimas, medicininė, teisinė, psichologinė pagalba skriaudžiamam vaikui bei skriaudikui, aktyvus pedagogų, tėvų, mokyklos administracijos bei specialistų įtraukimas.

Veiksmingos programos, mažinančios smurto mastą, yra tos, kurios įtraukia visą mokyklos bendruomenę. Tokios programos turi būti vykdomos 3 lygiais:

- 1) visos mokyklos lygiu;
- 2) klasės lygiu;

3) individo lygiu.

Vykdamas smurto prevenciją bei intervenciją visos mokyklos lygiu, būtina, kad mokykla sukurtų smurto mažinimo strategiją, kurioje aiškiai įvardijama, kaip mokykla vertina smurtinius veiksmus ir ko siekia. Ši strategija turi būti aprašyta, pristatyta mokyklos bendruomenei ir prieinama susipažinti kiekvienam mokyklos bendruomenės nariui. Mokyklose turi būti vykdomi smurto paplitimo masto įvertinimai (prieš pradėdant įgyvendinti programą ir praėjus 1-2 metams). Mokyklų darbuotojai turėtų nuolat stebėti tas vietas, kuriose dažniausiai smurtauojama. Mokykla turi įvardinti suaugusius asmenis, į kuriuos vaikai, tėvai, mokytojai tiesiogiai, telefonu ar elektroniniu paštu galėtų saugiai kreiptis, norėdami papasakoti apie jų patirtą ar stebėtą smurtą. Tai padėtų mokykloje kurti atvirumo atmosferą. Visiems mokyklos bendruomenės nariams turi būti aišku, kaip reaguoti į smurtą. Jei tinkamo ir greito reagavimo nėra, gali susidaryti įspūdis, kad smurtas mokykloje priimtinas. Veiksmingas reagavimas turi apimti tokias veiklas:

- a) reagavimas į esamą metu vykstantį smurtą;
- b) užsitęsusio smurtavimo atvejų sprendimas;
- c) pagalba skriaudžiamiems vaikams ir skriaudėjams;
- d) smurto atvejų aptarimas su visais situacijos dalyviais.

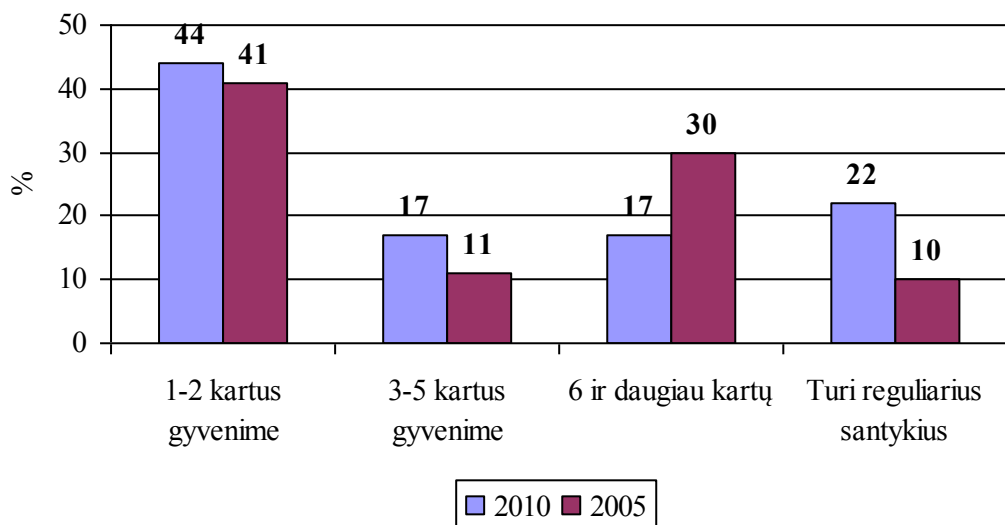
Rekomenduojama naudoti mokinių įtraukimą padedant skriaudžiamiems vaikams (kartais mokiniams lengviau išsipasakoti apie kylančius sunkumus kitiems mokiniams nei suaugusiems, be to ši priemonė padeda į programą įsitraukusiems vaikams gerinti bendravimo įgūdžius, išmokti palaikymo būdų, skatina tuos mokinius mažiau smurtauti, gerina visą mokyklos klimatą).

Klasės lygmeniu būtina sukurti aiškias ir konkrečias taisykles, šia tema kartas nuo karto diskutuoti klasės valandėlių metu, kiek įmanoma dažniau atpažinti ir skatinti draugišką mokinių elgesį, pačiam mokytojui savo elgesiu demonstruoti deramą pavyzdį, pamokų metu dažniau naudoti mokymosi bendradarbiaujant metodus, naudoti patyčių situacijų aptarimą, laikantis nekaltinio požiūrio (t.y. neieškant kaltų).

Individo lygmeniu teikti pagalbą skriaudžiamam vaikui bei skriaudėjui (padėti pakeisti savo elgesį ir mokyti kitokių, neagresyvių bendravimo būdų). Teikiant pagalbą nukentėjusiems ir skriaudžiantiems kitus vaikams, būtina įtraukti ir jų tėvus.

3.3. Ankstyvų lytinių santykių problema Raseinių rajono mokinių tarpe

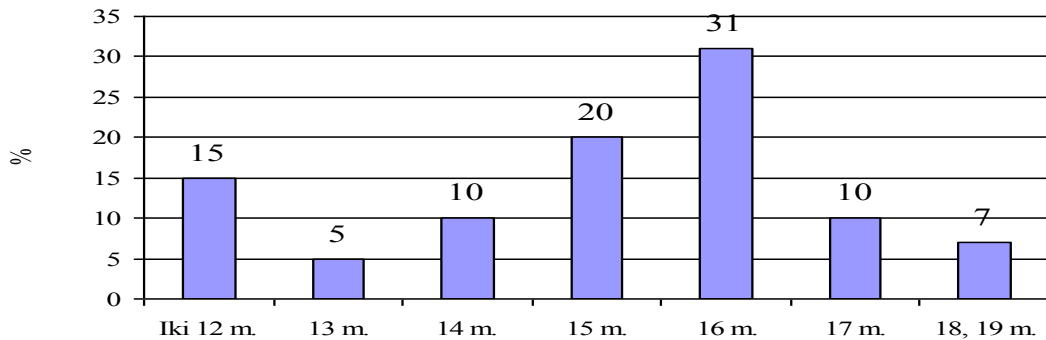
Raseinių rajono 6-12 klasių mokinių tarpe santykių turėjo 13,6 % mokinių (2005 - 17,6%), iš jų 22% (2005 - 10%) turi reguliarius lytinius santykius (žr. 20 pav.).



20 pav. Visų apklaustųjų turėjusių lytinių santykių diagrama procentais.

Šeimos ir gimstamumo tyrimai Lietuvoje (1999 m.) parodė, jog su kiekviena tiriamųjų grupe lytinių santykių debiutas jaunėja: 19945-55 metų gimimo grupės moterų seksualinio debiuto amžius yra per 21 metus, o 1970-75 m. gimimo moterų – mažiau nei 20 metų. Vyrų seksualinio debiuto vidutinis amžius pagal gimimo kohortas atitinkamai sumažėjo nuo 20,3 ir 20,4 iki 18,6 metų. Pagaliau 14% gimusių 1975-77 m. nurodė, kad lytinius santykius pradėjo dar 13-15 metų.

Mūsų tyrimo rezultatai rodo, kad pirmuosius lytinius santykius Raseinių rajono mokiniai pradeda vidutiniškai 15 metų (2005 - 15,2 metų) (žr. 21 pav.).



21 pav. Ankstyvųjų lytinių santykių pradžia (pasiskirstymas pagal amžių).

Ankstyva lytinė elgsena yra rizikingos elgsenos sindromo komponentas. Vaikų lytinis aktyvumas susijęs su bendraamžių nuostatomis ir elgsena, žemu atsparumu bendraamžių įtakai, rūkymu, alkoholio, narkotikų vartojimu. Merginų lytinis aktyvumas susijęs su psichologinėmis, socialinėmis ir ekonominėmis šeimos problemomis, žemu savęs vertinimu, neigiamu požiūriu į mokymąsi, rūkymu, alkoholio, narkotikų vartojimu, bendraamžių nuostatomis ir elgsena, patirta fizine, psichologine ir seksualine prievarta.

Seksualinio aktyvumo srityje stebimi ryškūs lyčių skirtumai: berniukai lytiškai aktyvesni už merginas visose amžiaus grupėse.

Ankstyvi lytiniai santykiai paaugliui nenaudingi dėl įvairių priežasčių. Paaugliai, išgyvenę santykių su seksualiniu partneriu nutrūkimą, tokiais atvejais patiria labai stiprią psichinę traumą, kuri gali siekti net rimtos suicido grėsmės lygmenį. Tai suprantama: toks išsiskyrimas yra viena iš sunkiausių situacijų ir suaugusiam žmogui – tad dar labiau traumuoja trapią paauglio asmenybę.

Ankstyvi lytiniai santykiai sutrukdo seksualinio geismo ir meilės integraciją; stiprus aistros patyrimas lytinių santykių metu kaip ir užtvindo besiformuojančią psichiką, paskatindamas joje dar glėžnus sugebėjimus brandžiai mylėti daigus. Pagaliau pastebėta, kad seksualiai geismingi vaikai tampa nemokslūs.

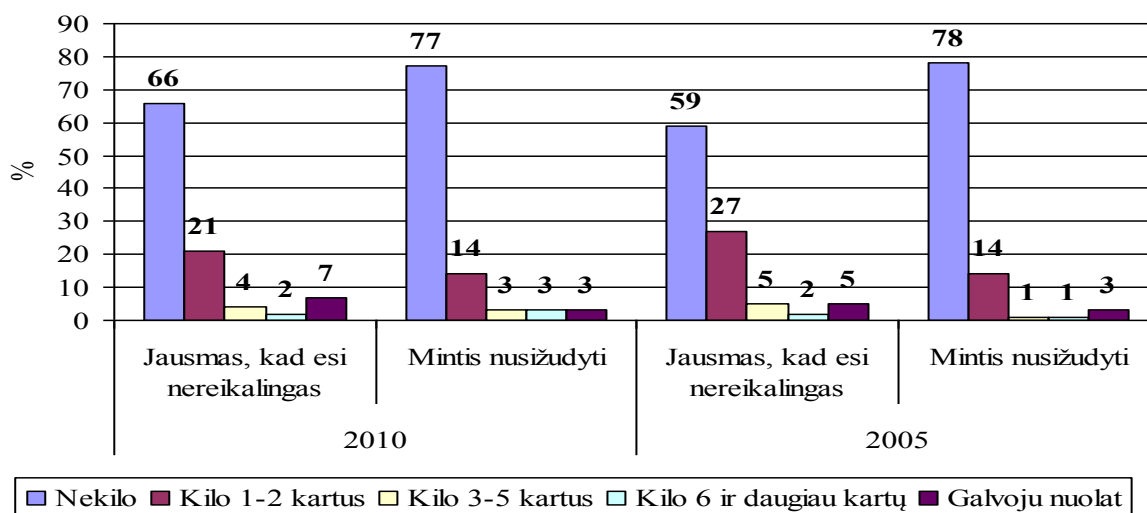
Taigi, planuojant neigiamų socialinių reiškinių prevenciją Raseinių rajone, būti įtraukti ir šią sritį.

3.4. Suicidinės tendencijos Raseinių rajono mokinių tarpe

Pastaruoju metu Lietuva pagal vaikų ir jaunuolių savižudybių skaičių pirmauja pasaulyje. Tyrimų duomenimis, mūsų šalyje daugėja moksleiviško amžiau jaunuolių savižudybių skaičius. Kasmet nusižudo 50-60 vaikų ir paauglių nuo 10 iki 19 metų.

Savižudybė dažniausiai nėra impulsyvus veiksmas, o ilgiau trunkančio proceso rezultatas. Skiriasi trys šio proceso etapai:

- mintys apie savižudybę. Minčių, idėjų stadijoje žmogus tik pagalvoja apie savižudybę. Reikia pridurti, kad daugeliui žmonių bent kartą gyvenime ateina tokia mintis. Mūsų tyrimo duomenimis, mintis apie savižudybę Raseinių rajono mokinių tarpe yra kilusi apytikriai 23% (2005 m. - 22%) mokinių. Skiriasi šių minčių intensyvumas: vieniems ji kyla 1-2-kartus gyvenime (15% (2005 m. - 14%)), tačiau yra tokių moksleivių, kurie apie tai galvoja nuolat (3% (2005 m. - 3%)) (žr. 22 pav.);



22 pav. Minčių apie savižudybę dinamika Raseinių rajono mokinių tarpe.

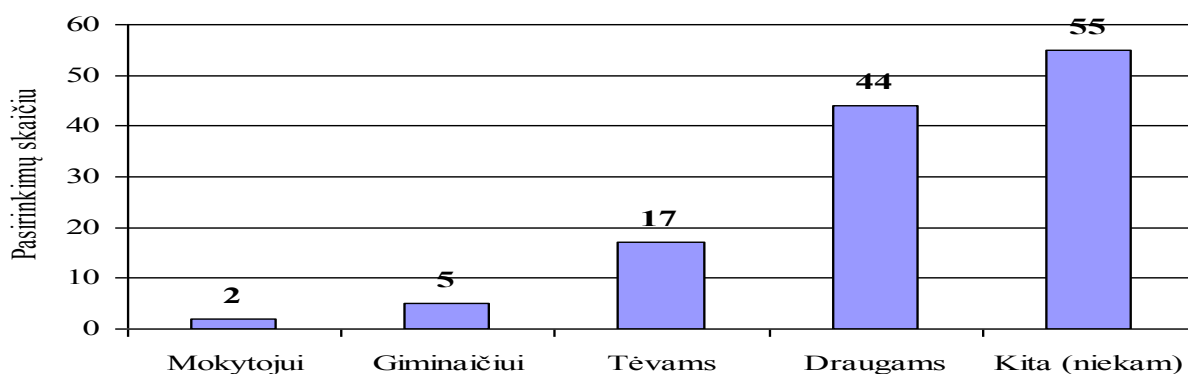
- **ketinimas nusižudyti.** Žmogus ne tik nori numirti, bet ir pradeda ieškoti mirties. Savižudybė atrodo vienintelis realus sprendimas. Pradedama galvoti apie nusižudymo metodus, apgalvojamos konkrečios detalės. 16,5% (2005 m. - 16%) Raseinių rajono mokinių teigia galvoję apie tai, kaip, kur ir kada tai reikėtų padaryti;

- **bandymas nusižudyti.** Tai paskutinis savižudybės etapas. Jis prasideda apsisprendimu. Žmogus nutaria, kad mirtis yra geriausia išeitis. Gali pagerėti jo nuotaika, nes jis pasijunta tarsi išsilaisvinęs. Šiame etape galima pastebėti atsisveikinimo gestus – skolų grąžinimą, ypatingas frazes. Paaugliai ypač linkę į impulsyvius veiksmus, todėl šiame amžiuje viskas gali vykti itin greitai. 5,3 % (2005 m. - 4%) Raseinių rajono mokinių teigia bandę žudytis. Įvairių tyrimų duomenimis, bandymų žudytis būna 50-200 kartų daugiau nei savižudybių. Visgi, nepaisant to, į tuos 5,3 % rankos numoti negalima.

Į savižudybę Raseinių rajone labiau linkusios mergaitės – jos sudaro 70% (2005 m. - 88%) mėginusių žudytis mokinių.

Mėginusių žudytis mokinių amžiaus vidurkis – 15,3 (2005 m. - 16,4) metų, jauniausias – 12 metų, vyriausias – 18 metų. 89% šių mokinių vartoja alkoholį, 43% - rūko, 13% bandė narkotikus, 26% - turėjo ankstyvus lytinius santykius.

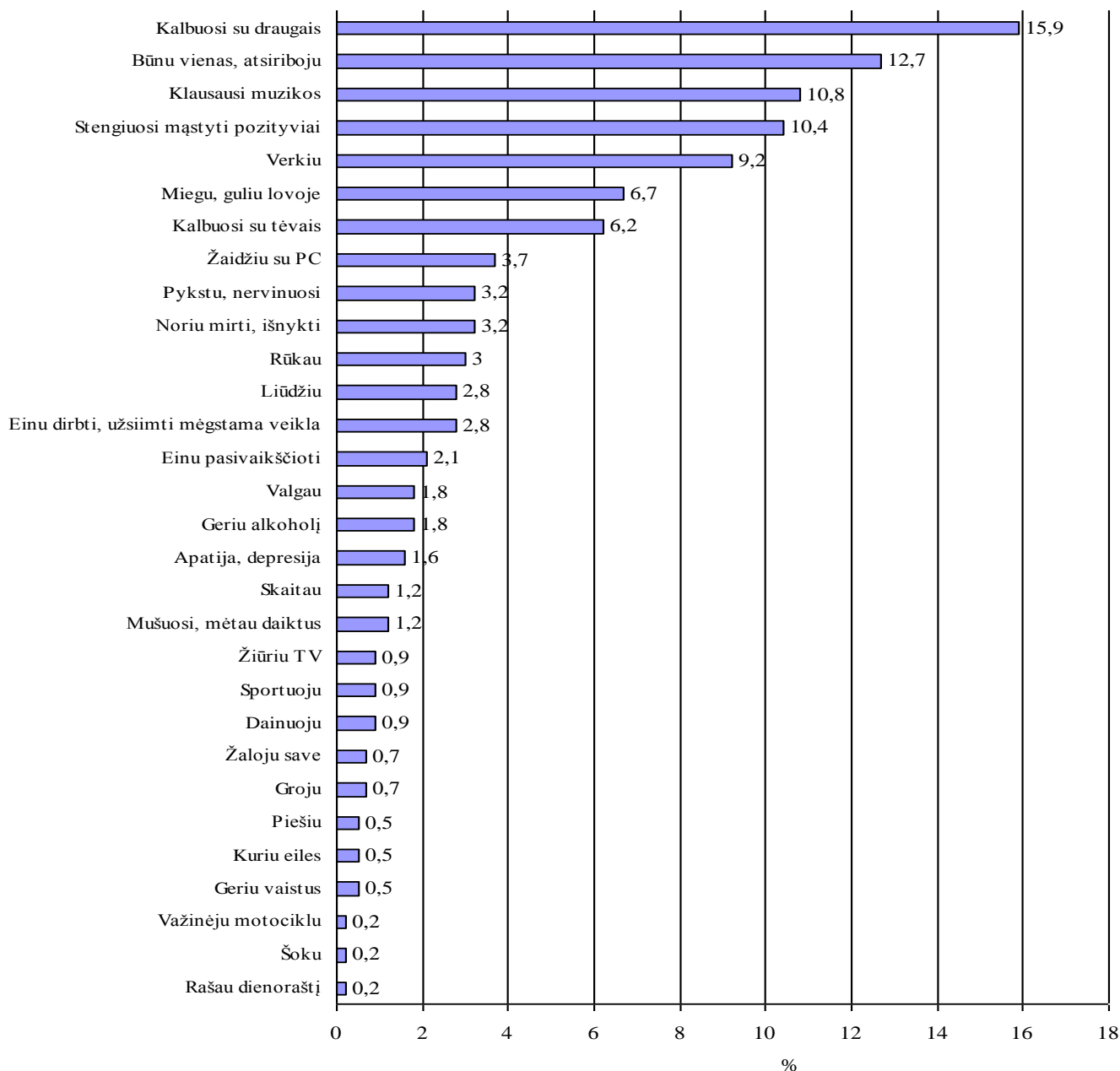
Kaip rodo tyrimo rezultatai, dažniausiai apie savižudišką ar kitą pesimistinę mintį mokiniai prasitaria savo draugams, ir ženkliai mažesnė dalis - tėvams (žr. 23 pav.). Svarbu į grąsinimą ar mėginimą nusižudyti žiūrėti rimtai, atvirai klausti asmens, kas jį kamuoja, visaip bandyti jį prakalbinti, ieškoti specialistų pagalbos. Būtina leisti žmogui suprasti, kad juo yra rūpinamasi, stengiamasi suprasti, kad jis nėra vienišas. Savižudžiai dažniausiai netiki, kad jiems kas nors gali padėti, todėl būtina ne tik įtikinti žmogų apsilankyti pas specialistą, bet ir padėti jam tai padaryti t.y. palydėti, patikrinti, ar išgeria vaistus ir t.t.



23 pav. Asmenys, kuriem užsimenama apie savižudišką ar kitą pesimistinę mintis.

Labiausiai neramina tai, kad didžioji dalis mokinių teigia niekam neužsimenantys apie savo suicidalinius ketinimus.

Panaši tendencija išlieka ir vertinant mokinių streso įveikimo įgūdžius (žr. 24 pav.).



24 pav. Mokinių streso įveikimo būdai.

Didelė dalis mokinių naudoja destruktivius streso įveikimo būdus: beveik 13% linkę nuo visų atsiriboti, 9% tiesiog verkia, 3% nervinasi, pyksta, 5% liūdi, grimzta į apatiją, 3% užsirūko, 2% geria, 3% galvoja apie tai, kaip numirti.

Visgi nemaža dalis stengiasi stresą įveikti aktyviais, konstruktyviais būdais. Vienas pagrindinių pagalbos, kuria naudojasi mokiniai, būdų – galimybė pasikalbėti su draugu. Sunkiomis gyvenimo akimirkomis šia pagalba naudojasi 16% rajono mokinių. Deja, tik 6%, iškilus problemai, emocinės bei psichologinės paramos ieško namuose (pasikalba su tėvais). Be minėtų konstruktyvių streso įveikimo būdų, stresą mokiniai mėgina įveikti klausydamiesi muzikos (11%), stengdamiesi pakeisti mąstymą ir mąstydami pozityviau (10%), užsiimdami mėgstama veikla ar dirbdami (3%), eidami pasivaikščioti (2%), skaitydami, sportuodami, piešdami, šokdami, rašydami dienoraštį ir t.t.

4. IŠVADOS IR REKOMENDACIJOS

4.1. Alkoholio vartojimo problema

1. Aktualiausia 6-12 klasių Raseinių rajono mokinių tarpe problema – **alkoholio vartojimas**. Per pastaruosius 5 metus alkoholio vartojimas išaugo 1,9%. Šiuo metu alkoholį vartoja daugiau nei 2 trečdaliai rajono moksleivių (68,4%).

2. Alkoholį vartoti jaunimas pradeda apytikriai 6-7 klasėse. Pastaraisiais metais stebimas šios problemos „jaunėjimas“: 2005-ųjų metų tyrimo duomenimis alkoholį vartojo ketvirtadalis dvylikamečių, tuo tarpu 2010-aisiais - jau beveik trečdalis dvylikamečių.

3. Nuo 16 metų alkoholiniai gėrimai tampa įprastu įvairių jaunimo švenčių, pramogų, atsipalaidavimo, o kartais net ir kasdienybės palydovu.

4. Didžioji dalis mokinių alkoholį vartoja keletą kartų per metus įvairių švenčių metu, tačiau net ¼ visų rajono 6-12 klasių mokinių alkoholį vartoja kartą per savaitę.

5. Populiariausi tarp mokinių yra vynas, šampanizuotas vynas, sidras (jį vartoja 52% 6-12 klasių mokinių) ir alus (pastarąjį alkoholinį gėrimą vartoja 49% mokinių). Per pastaruosius 5 metus itin išaugo stipriųjų alkoholinių gėrimų vartojimas jaunimo tarpe (net 13%) ir šiuo metu stiprius alkoholinius gėrimus vartoja beveik trečdalis mokinių (31%).

6. Beveik pusė alkoholį vartojančių mokinių tai daro savo (34%) ar draugų namuose (40%), trečdalis (34%) - diskotekose.

7. Pagrindinės priežastys, skatinančios jaunimą vartoti alkoholinius gėrimus yra noras atsipalaiduoti, besiformuojanti psichologinė (tam tikrais atvejais gal net ir fiziologinė priklausomybė), tradicijos ir įpročiai. Ypač didžiulis šuolis stebimas vertinant psichologinės priklausomybės alkoholiui augimą: jei 2005 metais tokių moksleivių buvo 35%, tai 2010 šis skaičius išaugo beveik dvigubai – iki 67%.

4.2. Rūkymo problema

1. Rūkymo problema yra trečioji pagal paplitimo mastą: 6 – 12 klasių mokinių tarpe rūko 21%.

2. Per pastaruosius 5 metus rūkymas Raseinių rajono mokinių tarpe išaugo 2,5%.

3. Ypač rūkymo problema išaugo ankstyvojoje paauglystėje (11-14 m. mokinių tarpe): 6 klasėse net 9 kartus, 7 klasėse – 2,7 karto, 8 klasėse – 2 kartus, 10 klasėse – 1,4 karto. Prieš 5 metus šios problemos pikas buvo fiksuojamas 9 klasėse.

4. Rūkymo problema labiau paplitusi berniukų tarpe: berniukai rūko 2 kartus dažniau nei mergaitės.

5. Per pastaruosius 5 metus išaugo rūkalų prieinamumas moksleiviams: stebima didesnė galimybė rūkalų laisvai įsigyti parduotuvėse, dvigubai išaugo vyresnių draugų įtaka ir net 2% tiriamųjų nurodė rūkalų gaunantys iš tėvų.

6. Populiariausių mokinių rūkymo vietos yra prie mokyklos (47%), diskotekose (26%) ir namuose (23%).

7. Analizuojant rūkymo priešasčių dinamiką, stebima sparčiai besiformuojanti priklausomybė nuo nikotino: jei 2005 m. priklausomi nuo nikotino buvo 15% rūkančių mokinių, tai 2010 m. - beveik ketvirtadalis. Nerimą kelia ir moksleiviai, teigiantys, kad rūko dėl to, kad patinka, nori, skanu – tai besiformuojančios priklausomybės požymiai, ir tokių mokinių skaičius išaugo nuo penktadalio 2005 m. iki trečdaliai 2010 m.

8. Tyrimo rezultatai rodo, kad rūkymo kaip atsipalaidavimo priemonės naudojimas mokinių tarpe sumažėjo 7%. Per pastaruosius 5 metus sumažėjo socialinio pageidaujiamumo faktoriaus įtaka rūkymui: 2005 m. penktadalis mokinių teigė rūkantys dėl to, kad nenori išsiskirti iš kitų mokinių, o 2010 – jau tik 16%.

4.3. Narkotinių medžiagų vartojimo problema

1. Raseinių rajono mokiniai 3 kartus mažiau vartoja narkotines medžiagas lyginant su visos šalies narkotikų suvartojimu mokinių tarpe (2005 metais - 5 kartus).

2. Raseinių rajono mokinių tarpe narkotikus mėgino vartoti 28 apklausti mokiniai. Tai sudaro 6,5% visų tyrime dalyvavusių (2005 m. - 3,2%).

3. Reguliariai vartojančių užfiksuota 1 (0,2 % visų rajono mokinių) (2005 m. tokių išvis nebuvo), 1-2 kartus gyvenime bandė 19 apklaustų (4,4 % visų rajono mokinių (2005 m. - 2,5%), 3 ir daugiau kartų gyvenime vartojo 8 mokiniai (1,8 % visų rajono mokinių (2005 - 0,5%).

4. Berniukai linkę išmėginti narkotikų poveikį dažniau nei mergaitės (40% mėginusių narkotikus – mergaitės), tačiau lyginant su 2005 metų rezultatais, atotrūkis mažėja (2005 m. iš narkotines medžiagas vartoti mėginusių 31% sudaro mergaitės).

5. Dažniausiai narkotines medžiagas pabando 16-17 metų amžiaus mokiniai.

6. Per pastaruosius 5 metus vis dažniau jaunimas išmėgina narkotines medžiagas kaip būdą pamiršti problemas ar tiesiog siekiant apsvaigti.

4.4. Rekomendacijos vykdant narkotinės elgsenos prevenciją ir intervenciją

1. Būtina daugiau dėmesio skirti pedagoginiam psichologiniam tėvų švietimui, atitinkamų nuostatų formavimui, tėvų ir vaikų tarpusavio dialogo skatinimui, tėvų įgalinimui savarankiškai spręsti įvairias tėvų-vaikų santykių problemas.

2. Vykdyti pedagoginės rajono bendruomenės švietimą, formuoti teigiamas nuostatas į narkotinės elgsenos prevenciją bei intervenciją, skatinti geranoriškumą ir iniciatyvumą.

3. Aktyviau įtraukti vietos valdžią bei valdžios institucijas į prevencinę veiklą, skatinti imtis intensyvesnių intervencinių priemonių.

4.5. Smurto problema

1. Analizuojant smurto paplitimą Raseinių rajono mokinių tarpe, stebimi teigiami pokyčiai: smurto paplitimas sumažėjo 20% nuo 79% - 2005 m. iki 59% 2010 m.

2. Per pastaruosius 5 metus 4 kartus sumažėjo psichologinis smurtas, patiriamas iš mokytojų.

3. Smurto mažėjimas stebimas ir šeimose: beveik 4 kartus sumažėjo fizinis smurtas, 3 kartus – psichologinis.

4. Stebimas psichologinio smurto, patiriamo iš mokinių, augimas (10%).

5. Daugiausia smurto yra patiriama iš mokinių, mažiausiai – iš šeimos narių. Mokytojai – antroji pagal dydį smurtautojų grupė.

4.6. Rekomendacijos vykdant smurto prevenciją

1. Sprendžiant smurto problemą, nepakanka vien tik prevencinių priemonių. Šiuo atveju būtina aktyvi intervencinė veikla – vaiko teisių užtikrinimas, medicininė, teisinė, psichologinė pagalba skriaudžiamam vaikui bei skriaudikui, aktyvus pedagogų, tėvų, mokyklos administracijos bei specialistų įtraukimas.

2. Veiksmingos programos, mažinančios smurto mastą, yra tos, kurios įtraukia visą mokyklos bendruomenę. Tokios programos turi būti vykdomos 3 lygiais:

1) visos mokyklos lygiu;

2) klasės lygiu;

3) individo lygiu.

4.7. Suicidinės tendencijos Raseinių rajono mokinių tarpe

1. 5,3 % Raseinių rajono mokinių yra mėginę žudyti (2005 m. - 4%).

2. Mėginusių žudyti mokinių amžiaus vidurkis – 15,3 (2005 m. - 16,4) metų, jauniausias – 12 metų, vyriausias – 18 metų.

3. Savižudybė kaip problemos sprendimo būdas labiau būdingas mergaitėms - jos sudaro 70% (2005 m. - 88%) mėginusių žudyti mokinių.

4. Apie savižudiškas ar kitas pesimistines mintis mokiniai prasitaria savo draugams, ir ženkliai mažesnė dalis – tėvams.

5. Didelė dalis mokinių naudoja destruktivius streso įveikimo būdus: beveik 13% linkę nuo visų atsiriboti, 9% tiesiog verkia, 3% nervinasi, pyksta, 5% liūdi, grimzta į apatiją, 3% užsirūko, 2% geria, 3% galvoja apie tai, kaip numirti.

6. Dažniausiai mokinių naudojami konstruktyvūs streso įveikimo būdai yra pokalbiai su draugais (16%), muzikos klausymasis (11%), mėginimas keisti mąstymą (mąstyti pozityviai) (10%).

7. Tik 6% rajono mokinių, iškilus problemai, emocinės bei psichologinės paramos ieško namuose - kalbasi su tėvais.

4.8. Rekomendacijos vykdant savižudybių prevenciją

1. Būtinai suaugusiųjų ir mokinių švietimas (kaip pastebėti ketinimo nusižudyti požymius, kur ir kokios ieškoti pagalbos).

2. Ugdymo įstaigoje užtikrinti efektyvų švietimo pagalbos teikimą.

3. Užtikrinti psichologiškai ir fiziškai saugią vaiko ugdymosi aplinką.