



PATARIMAI PEDAGOGAMS:
kaip ugdyti vaikų,
turinčių įvairiapusių raidos sutrikimų,
lytiškumą

Vilnius, 2022



Kuriame
Lietuvos ateitį
2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa



**NACIONALINĖ
ŠVIETIMO
AGENTŪRA**

**Leidiny parengtas ir išleistas įgyvendinant projektą
„Įtraukiojo ugdymo galimybių plėtra, I etapas“
(Nr. 09.2.2-ESFA-V-707-03-0001). Projektas finansuojamas
Europos socialinio fondo lėšomis.**

Šį leidinį draudžiama mokslinių tyrimų ar asmeninių studijų
tikslais atgaminti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti ar
padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais (internete)
tam skirtuose terminaluose tų įstaigų patalpose,
išleisti ir versti, platinti jo originalą arba kopijas.

Leidinį parengė Austė Černiauskiėnė

Leidybos įmonė „Kriventa“

V. Pietario g. 5-3, LT-03122 Vilnius

Tel. / faks. (8 5) 265 0629. Mob. tel. +370 682 47 899

El. paštas kriventa@kriventa.lt

www.kriventa.lt

Kalbos redaktorė Angelė Pletkuvienė

Dizainerė Ilona Chmieliauskaitė

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės
Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB)

ISBN 978-609-462-191-8

© Nacionalinė švietimo agentūra, 2022

TURINYS

5 Lytiškumo ugdymas – kada ir nuo ko pradėti?

6 Kūno dalys (viešos / privačios) ir tikslus jų įvardijimas

8 Vieša – privatu. Erdvės, veiksmai

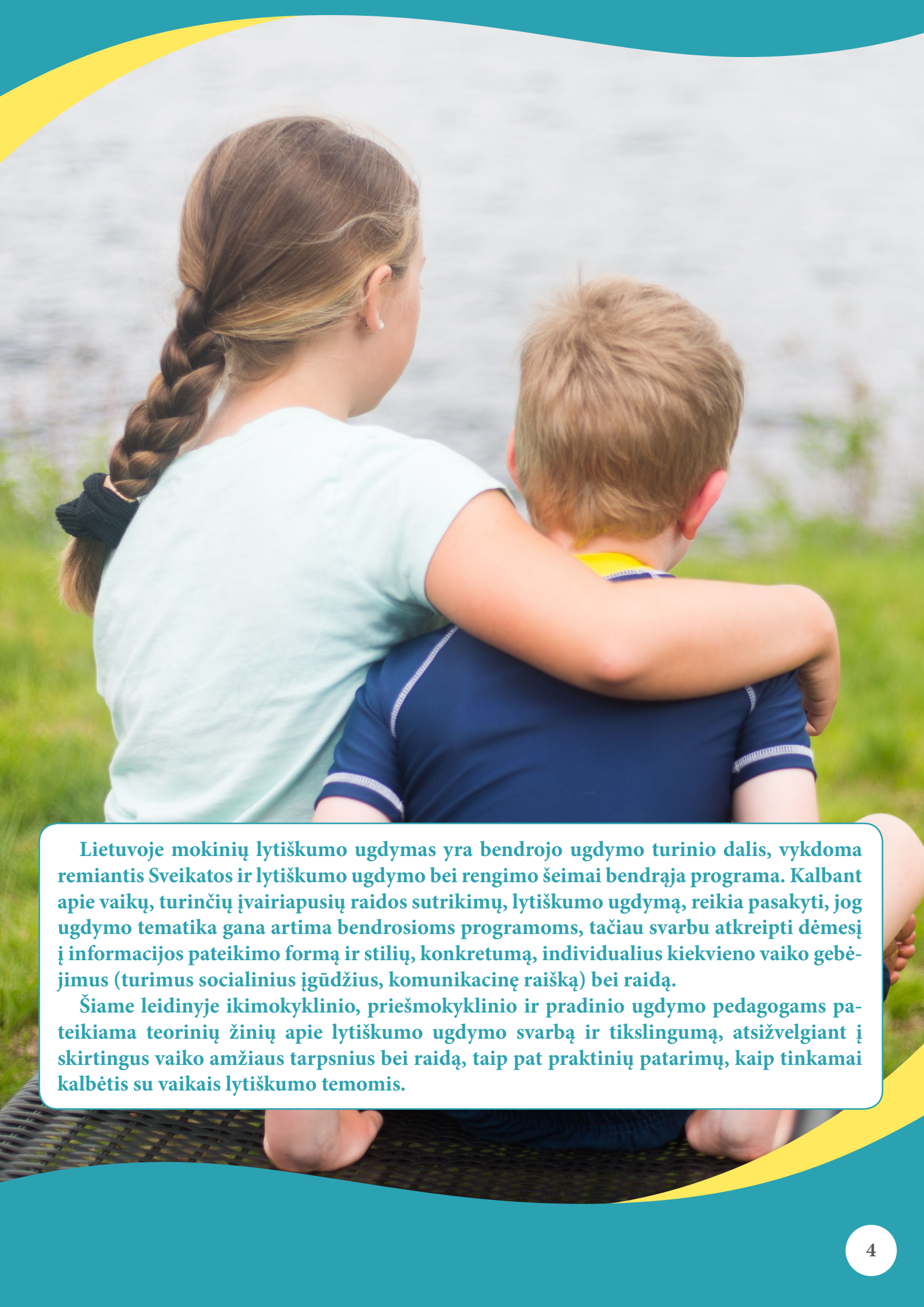
12 Socialiniai ratai: aš, šeima, draugai, pažįstami, pagalba ir svetimi žmonės

14 Tinkami ir netinkami prisilietimai

15 Asmens higienos pagrindai

16 Literatūra





Lietuvoje mokinių lytiškumo ugdymas yra bendrojo ugdymo turinio dalis, vykdoma remiantis Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendrąja programa. Kalbant apie vaikų, turinčių įvairiapusių raidos sutrikimų, lytiškumo ugdymą, reikia pasakyti, jog ugdymo tematika gana artima bendrosioms programoms, tačiau svarbu atkreipti dėmesį į informacijos pateikimo formą ir stilių, konkretumą, individualius kiekvieno vaiko gebėjimus (turimus socialinius įgūdžius, komunikacinę raišką) bei raidą.

Šiame leidinyje ikimokyklinio, priešmokyklinio ir pradinio ugdymo pedagogams pateikiama teorinių žinių apie lytiškumo ugdymo svarbą ir tikslingumą, atsižvelgiant į skirtingus vaiko amžiaus tarpsnius bei raidą, taip pat praktinių patarimų, kaip tinkamai kalbėtis su vaikais lytiškumo temomis.

LYTIŠKUMO UGDYMAS – KADA IR NUO KO PRADĖTI?

Kiekvienas žmogus yra lytinė būtybė, o kiekvieno lytiškumas reiškiasi įvairiais aspektais – per lytinį tapatumą, fizinius pokyčius, vykstančius žmogaus kūne, lytinius organus, taip pat per santykius su kitais asmenimis, gebėjimą

užmegzti draugiškus ar romantiškus santykius, juos išlaikyti ir kt. Tinkamas ir savalaikis lytiškumo ugdymas, prieinamas kiekvienam vaikui, užima svarbią vietą siekiant užtikrinti tiek asmens, tiek visuomenės sveikatą ir gerovę.

FIZINIS

Lytiškumo raiška per lytį, savęs identifikavimas kaip vyrą ar moterį. Aplinkinio pasaulio suvokimas, supratimas, kas yra vyriškumas ir moteriškumas, lytinė orientacija.

PSICHINIS

Lytiškumo raiška per lytinius organus ir fizinius pokyčius, atsirandančius žmogui augant ir bręstant, per savo kūno suvokimą ir gebėjimą jį priimti.

SOCIALINIS

Lytiškumo raiška per santykį su kitu asmeniu, per gebėjimą ir poreikį draugauti, mylėti, dalytis emociniu artumu su kitais.

Trys pagrindiniai lytiškumo aspektai: fizinis, psichinis ir socialinis.

Kalbant apie lytiškumo ugdymą, svarbu tiksli ir laiku suteikiama informacija, individualių vertybių ugdymas bei trūkstamų socialinių įgūdžių mokymas.

Priešmokyklinio ir pradinio ugdymo metu, atsižvelgiant į vaiko raidos ypatumus, lytiškumo ugdymas galėtų apimti šias temas:

- kūno dalys ir tikslus jų įvardijimas;
- koks yra viešas elgesys, o koks elgesys laikomas privačiu;
- kokie prisilietimai yra tinkami, o kokie ir kada suprantami kaip netinkami;
- asmeninės ribos / asmeninė erdvė;
- masturbacija / savęs lietimasis;
- seksualinės prievartos prevencija.

Taip pat svarbu aptarti įvairius santykių tipus, tokius kaip draugystė, romantiški ir šeimos santykiai, ir tai, kaip žmogus elgiasi palaikydamas tuos santykius.

Lytiškumo ugdymo temos pritaikomos individualiai, atsižvelgiant į vaiko raidą ir gebėjimus, jau turimas žinias. Danų psichologas Peteris Vermeilenas pateikė teoriją, kad autizmo mechanizmo esmė ta, jog asmenys negali tiksliai suvokti ir reaguoti į aplinkos kontekstą. Tai lemia patiriamus sunkumus spontaniškai pasinaudojant kontekstu ir pasąmonėje suprantant reikšmes. Socialinio konteksto suvokimas turi itin didelę reikšmę socialiniam asmens gyvenimui, todėl ugdant vaiko socialinius įgūdžius svarbu kreipti dėmesį ir į skir-

tingas socialines situacijas, į kurias gali patekti vaikas, bei mokyti jose tinkamai veikti.

Esminėmis temomis ugdymas turi vykti prevenciškai, tai reiškia, jog lytiškumo ugdymas turėtų būti įtrauktas į ugdymo procesą kaip pasiruošimas lytinei brandai, o ne tuomet, kai jau susiduriama su konkrečiomis problemomis. Prieš pradėdant organizuoti lytiškumo ugdymą, svarbu tai aptarti su vaiko šeima, kitais su vaiku dirbančiais specialistais, šitaip tinkamai sukuriant vaikui naudingą ugdymo turinį bei užtikrinant jo tęstinumą ne tik klasėje ar mokykloje, bet ir šeimoje.

Aktyvus ir efektyvus lytiškumo ugdymas asmenims, turintiems įvairiapusių raidos sutrikimų, leidžia būti saugesniems, savarankiškesniems ir sėkmingiau integruotiems į bendruomenes.

KŪNO DALYS (VIEŠOS / PRIVAČIOS) IR TIKSLUS JŲ ĮVARDIJIMAS

Lytiškumo ugdymas prasideda ankstyvoje vaikystėje. Jau tuomet tėvai bendraudami, maudydami ar žaisdami su vaiku stengiasi įvardyti jo kūno dalių pavadinimus. Mokant vaiką atpažinti įvairias kūno dalis, svarbu kalbėti apie visą kūną, nepraleidžiant ar vengiant temos apie lytines kūno dalis. Tai padės jam kūną suvokti kaip visumą. Kai kalbama apie intymias kūno dalis, svarbu, kad dar ankstyvoje vaikystėje, mokant vaiką pažinti savo kūną, visos kūno dalys be išimčių būtų įvardytos taisyklingai, vartojant oficialius terminus (vulva, makštis, varpa, sėklidės, krūtys ir kt.). Neretai atsitinka taip, jog intymios kūno vietos būna įvardijamos sugalvotais, suaugusiesiems priimtinau skambančiais pavadinimais (pvz., vulva – pelėda, laputė, pupytė ar kt., varpa – peliukas,

straubliukas ir kt.). Netikslus kūno dalių pavadinimų išmokimas daro neigiamą įtaką vaikui tiek fiziniu, tiek psichiniu, tiek socialiniu aspektais. Vengimas įvardyti intymių vietų pavadinimus vaikui sukuria įvaizdį, jog tos vietos yra gėdingos, skirtos slėpti ir apie jas nevertėtų kalbėti. Vaikui susidūrus su diskomfortu, patiriamu intymių vietų zonose (niežėjimas, maudimas, skausmas), gali atsitikti taip, kad gėdydamasis jis nepasakos apie nemalonius potyrius, o tai vėliau turės poveikį jo fizinei ir emocinei sveikatai. Siekiant prevenciškai šviesti vaiką seksualinės prievartos temomis, tikslus ir teisingas kūno dalių įvardijimas taip pat labai svarbus tam, jog vaikui susidūrus su seksualine prievarta jis būtų suprastas asmenų (nebūtinai šeimos narių), kuriems apie tai papasakos.

Mokydami kūno dalių pavadinimų, atsižvelgdami į vaiko amžių ir gebėjimus (ikimokyklinis, priešmokyklinis ugdymas), galite:

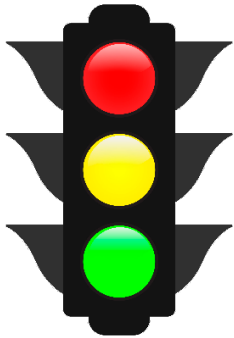
- naudodami vizualines pastiprinamąsias priemones kartu su vaikais vartyti knygas, žiūrėti edukacinius filmukus ar nuotraukas ir garsiai įvardyti matomas kūno dalis. Verta sudaryti sąlygas vaikams suprasti mergaičių ir berniukų fizinius panašumus ir skirtumus;
- bendradarbiaudami su vaiko tėvais, pasiūlyti jiems įvardyti vaiko kūno dalis įvairiose gyvenimiškose situacijose, pvz., maudant vonioje, rengiant vaiką ar jam pačiam rengiantis. Patarkite žaidimo su vaiku metu stengtis akcentuoti konkrečias kūno dalis, pvz., „dabar aš pakutensiu tavo kojų pirštus“ ir kt.

Jei vaikas mokykloje dar negeba pažinti įvairių kūno dalių, atsižvelgdami į jo amžių ir gebėjimus (pradinis ugdymas), galite:

- bendradarbiaudami su tėvais susitarti, kaip tiksliai bus įvardijamos kūno dalys, kas ir kada kalbės su vaiku lytiškumo temomis;
- mokyti vaiką atpažinti įvairias kūno dalis ir jas įvardyti, tam panaudodami vizualines pastiprinamąsias priemones (piešiniai, nuotraukos, filmukai ir kt.);
- skaitydami socialines istorijas, mokyti vaiką pažinti kūno dalis, kartu ruošti ugdytinį kūno pokyčiams (kalbėti apie ateityje padidėsiančias kūno apimtis, atsirasantį plaukuotumą ir kt.). Ruošimas kūno pokyčiams turėtų vykti prevenciškai, kad prasidėjus brendimo laikotarpiui vaikas justų kuo mažiau diskomforto ir nerimo dėl vykstančių kūno permainų.

VIEŠA – PRIVATU. ERDVĖS, VEIKSMAI

Vaikui, turinčiam autizmo spektro sutrikimų, svarbu suprasti skirtumą tarp viešo (erdvės, veiksmo, kūno dalies ir kt.) ir privataus (erdvės, veiksmo, kūno dalies). Tai padės jam suprasti, kur ir kokius veiksmus galima atlikti viešai, o kokius – tik privačiai. Mokant privačių / viešų veiksmų, svarbu aptarti, kokios aplinkos yra viešos ir, priešingai, privačios.



PRIVAČIOS IR VIEŠOS ERDVĖS. ŠVIESOFORAS

Siekiant išmokyti vaiką suprasti, kas yra privatu, o kas vieša, kaip vizualinį pastiprinimą galite pasitelkti šviesoforo spalvas.

Raudona reiškia pokalbius, veiksmus ir daiktus, kurie yra privatūs.

Geltona reiškia, kad tai privačios vietos viešose erdvėse, todėl jomis naudojantis būtina išlikti atsargiam.

Žalia reiškia, kad pokalbiai, veiksmai ir daiktai yra vieši.

VIEŠOS ERDVĖS (ARBA ŽALIOS VIETOS)

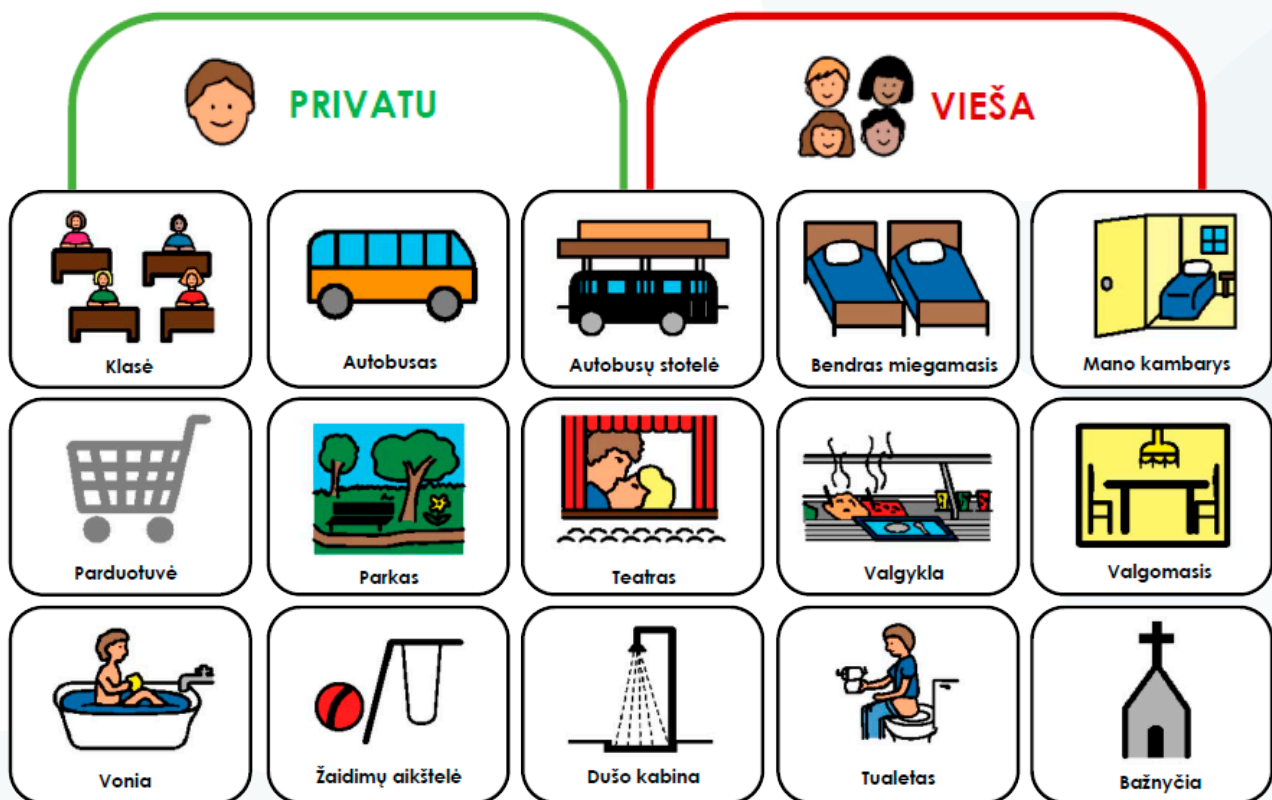
- Ten gali eiti visi.
- Paprastai ten nėra skambučio, kuriuo reikėtų paskambinti, nereikia ir pasibelsti tam, kad galėtum užėiti į vidų.
- Kai kurie kambariai mūsų namuose yra vieši. Dažnai tų kambarių durys būna atidarytos arba tie kambariai visai neturi durų.
- Viešose vietose galime sutikti nepažįstamų žmonių.
- Kai esame viešose vietose, negalime atlikti privačių veiksmų.

PRIVAČIOS ERDVĖS (ARBA RAUDONOS VIETOS)

- Mūsų gyvenime yra nedaug privačių erdvių.
- Dažniausiai tokios erdvės yra mūsų namuose, pvz., mano miegamasis arba vonios kambarys.
- Kai esame privačiose erdvėse, turime uždaryti duris, užtraukti užuolaidas.
- Jei kas nors nori patekti į kito žmogaus privačią erdvę, turi pasibelsti į duris ir laukti, kol bus pakviestas užėiti į vidų.
- Privačiose erdvėse galime atlikti privačius veiksmus.

PRIVAČIOS VIETOS VIEŠOSE ERDVĖSE (ARBA GELTONOS VIETOS)

- Tai vietos viešose erdvėse, įrengtos tam, kad galėtume atlikti privačius veiksmus, pvz., matavimosi kabinos parduotuvėje, dušo kabinos sporto klube ar tualetai mokykloje.
- Kai viešose erdvėse naudojames šiomis vietomis, turime būti atsargūs, pvz., matavimosi kabinoje visada uždaryti duris ar užtraukti užuolaidą, tualete būtinai uždaryti duris ir kt.
- Mokant suprasti viešų ir privačių erdvių skirtumus, rekomenduojama aiškiai įvardyti atskirų erdvių bruožus, naudoti realių vietų nuotraukas, kuriose matyti vaikas. Kartu su vaiku rūšiuokite viešo ir privataus elgesio pavyzdžių korteles, aptarkite kiekvieną elgesį.

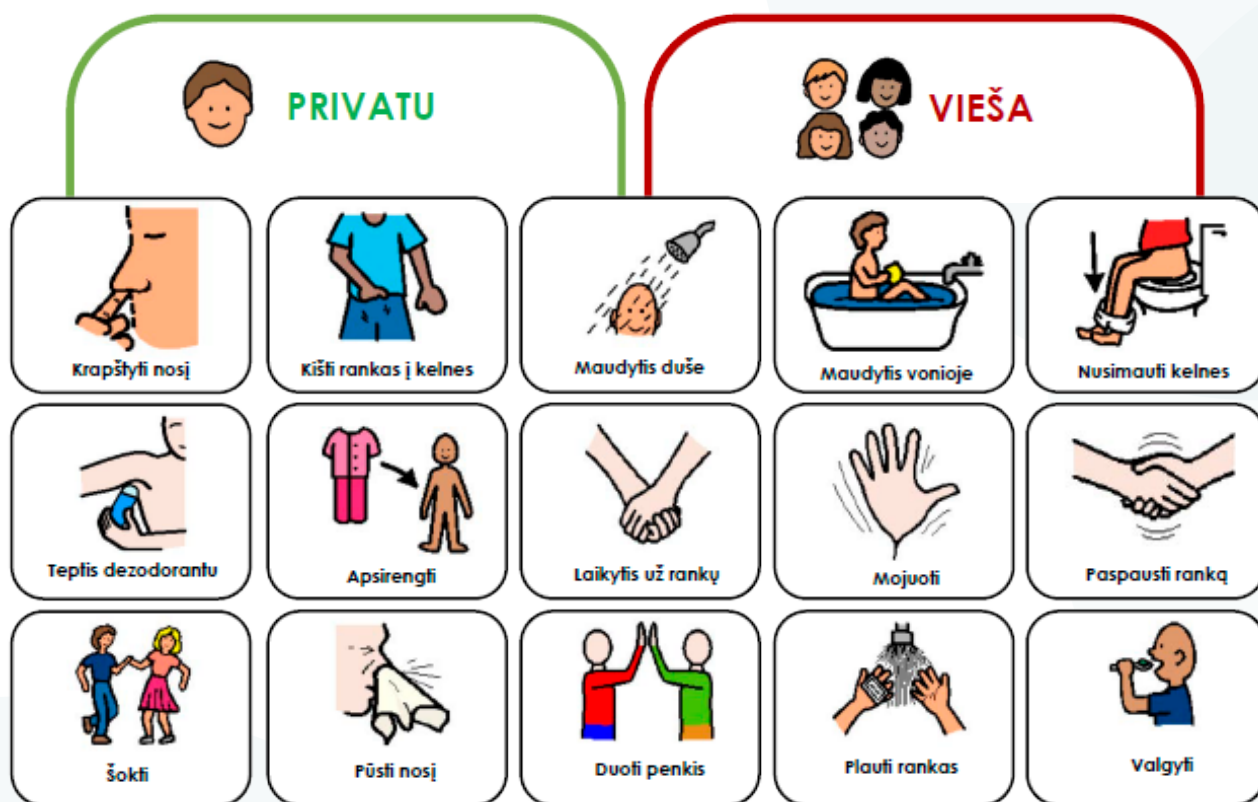


Privati ir vieša erdvė. Mokymo priemonės pavyzdys

Kad vaikas gebėtų praktiškai naudotis gauta teorine informacija, būtina žinias nuolatos taikyti aplinkose, kuriose jis natūraliai veikia.

Mokydami viešo ir privataus elgesio:

- kalbėkitės su vaiku apie tai, ką galima daryti viešai, o ką reikėtų daryti privačiai, pvz., „kai man reikia eiti į tualetą, turėčiau uždaryti duris“. Mokydami galite pasitelkti socialines istorijas, vizualines veiksmų sekas, pvz., išnagrinėti eiliškumo tvarką, kaip naudotis tualetu, plautis rankas ir kt. Svarbu, jog sekos būtų aptartos su vaiku ir jų sąrašas pakabintas jam matomoje vietoje, pvz., šalia tualetu durų, kriauklės ir kt.;
- mokydami vaiką suprasti privataus ir viešo elgesio skirtumus, pateikiamą verbalinę informaciją papildykite nuotraukomis, paveikslėliais. Kartu su vaiku rūšiuokite viešo ir privataus elgesio pavyzdžių korteles, aptarkite kiekvieną elgesį.



Privatus ir viešas elgesys. Mokymo priemonės pavyzdys

PRIVATŪS VEIKSMAI. NUSIRENGINĖJIMAS

- Kai nusirenginėjimas yra vaiko socializacijai trukdanti problema, pirmiausia svarbu išsiaiškinti tokio veiksmo priežastis. Jei vaikas geba bendrauti, pasikalbėkite su juo apie tai. Jei vaikas negali įvardyti priežasties, kodėl atlieka šį veiksma, rekomenduojama stebėti jo elgesį ir nustatyti elgesio funkciją. Tam galite pasitelkti funkcinio elgesio vertinimo būdus.
- Kartu su vaiku sudarykite sąrašą, kada yra gerai būti nuogam ir normalu matyti kitus žmones nuogus, pvz., kai vaikas eina maudytis. Mokydami galite naudoti rašytinį sąrašą arba vietų, tokių kaip persirengimo kambarys, nuotraukas.
- Bendradarbiaukite su vaiko tėvais, suteikite jiems žinių, kaip išnaudoti gyvenimiškas situacijas, kai veikiama privačiose erdvėse, pvz., būnant vonioje galima pasakyti, kad tai privati erdvė, joje galime nusirengti, atidengti privačias kūno vietas ir kt. Taip pat pasidalykite vizualinėmis priemonėmis, kuriomis galima naudotis tiek mokykloje, tiek namuose (instrukcijos, socialinės istorijos ir kt.).
- Su vaiko tėvais aptarkite šeimoje taikomas taisykles, kada ir kur vaikas gali vaikščioti nuogas. Rekomenduojama kaip įmanoma anksčiau pradėti pratinti vaiką bendrose namų erdvėse vaikščioti apsirengus, nes šitaip vaikui bus lengviau prisitaikyti prie viešų socialinių taisyklių, kurios nurodo aprangos kodą viešumoje.

PRIVATŪS VEIKSMAI. LYTINIŲ ORGANŲ LIETIMAS ARBA MASTURBACIJA

Kalbėti temomis apie tinkamą elgesį ar ribas, turint omeny seksą ar seksualumą, net ir suaugus yra ganėtinai sudėtinga, jau nekalbant apie vaikus ar paauglius, kuriems gali kilti problemų, susijusių su būtent šiomis temomis.

Dažniausios netinkamo seksualinio elgesio problemos:

- suvokimo apie tinkamus ir netinkamus prisilietimus stoka;
- per dažnas masturbavimasis;
- masturbavimasis viešose vietose;
- pavojingos masturbacijos formos;
- masturbacija, per kurią nepasiekiamas kulminacija;
- viešas nuogumas;
- privačių ar intymių temų aptarimas netinkamu laiku;
- žinių trūkumas, kaip suprasti seksualinius jausmus ir potraukius.

Kaip reaguoti pamačius, kad vaikas liečia savo lytinius organus:

- reaguokite ramiai;
- venkite gėdijimo;
- pasistenkite nukreipti vaiko dėmesį ir veiksmus sudomindami kita veikla;
- esant galimybei, individualiai su vaiku pasikalbėkite, ar jam nieko neskauda, neniežti ir kt.;
- būtina tai aptarkite su tėvais, galbūt jie namuose taip pat pastebi panašaus pobūdžio veiksmus. Svarbu išsiaiškinti, ar lytinių organų lietimasis nesusijęs su medicininėmis problemomis.



SVARBU

Lytinių organų lietimui gali užsiimti ir mažamečiai vaikai. Tai gali būti natūrali raidos dalis, siekis pažinti savo kūną.

Iki 7 metų vaikai lytinius organus liečia ne pasitenkinimui sukelti, o galimai siekdami nusiraminti, įveikti nerimą, gali jausti sensorinės stimuliacijos trūkumą. Siekiant padėti vaikui, pirmiausia svarbu išsiaiškinti tokio elgesio priežastis. Stebėkite vaiko elgesį, fiksuokite pasikartojimo dažnį, elgesio priežastingumą.

Kai vaikas prevenciškai mokomas teisingai įvardyti kūno dalis, žino ir supranta, kur yra privačios / viešos vietos, kokie veiksmai yra privatūs, o kokie – vieši, jį paprasčiau išmokyti ir tinkamo seksualinio elgesio taisyklių.

Seksualumas ir seksualinio pobūdžio elgesys yra tabu mūsų visuomenėje, tačiau kaip ir daugelio socialinių įgūdžių, taip ir taisyklių,

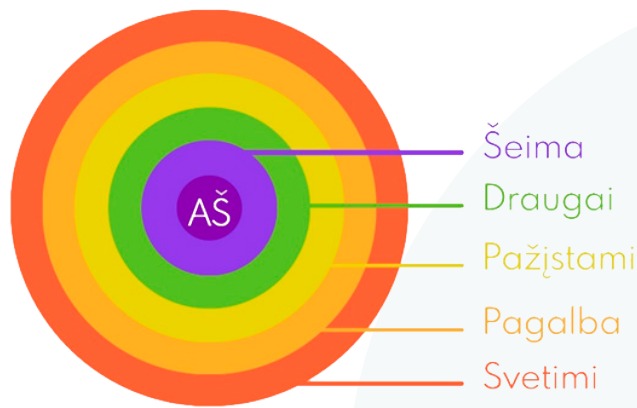
susijusių su tinkamomis seksualinio elgesio išraiškomis, vaikus reikia mokyti. Šiame mokyme labai svarbi vaiko šeimos pozicija, vertybės ir pasirengimas mokyti. Atsižvelgiant į tai, kad seksualumo temos net ir suaugusiesiems nėra lengvos, svarbu, jog pedagogai inicijuotų individualius susitikimus su šeima, teiktų metodinę pagalbą (Socialinės istorijos™, vaizdo modeliavimo pavyzdžiai, vizualinės instrukcijos ir kt.), kuria naudodamiesi tėvai galėtų laisviau kalbėtis su vaikais šiomis temomis. Svarbu su tėvais kalbėtis atvirai, aiškiai įvardyti, kokių įgūdžių reikia jų vaikui, kaip juos ugdyti. Taip pat aiškiai numatyti, kas, kada ir kaip ugdys jų vaiką temomis, susijusiomis su tinkamu seksualiniu elgesiu.

SOCIALINIAI RATAI: AŠ, ŠEIMA, DRAUGAI, PAŽĪSTAMI, PAGALBA IR SVETIMI ŽMONĖS

Visiems vaikams privatumo tema yra nemenkas iššūkis. Kai sutrikusi visuminio rišlumo suvokimo funkcija ir pagrindinių socialinių įgūdžių vaikas gali išmokti tik papildomai mokomas, svarbu mokyti atpažinti asmenis, kurie priklauso skirtingoms socialinėms grupėms, ir išmokyti jį taikyti esmines bendravimo taisykles palaikant kontaktus su konkrečiais žmonėmis. Socialinius ratus gali kurti tiek šeimos nariai, tiek pedagogas kartu su vaiku. Tiesiog tam, kad metodas būtų kiek įmanoma tiksliau įgyvendintas, svarbus šeimos ir mokyklos bendradarbiavimas. Taikant šį metodą vaikas kuria vizualų savo aplinkos žė-

mėlapį, jam padedama suprasti, kuriai grupei priklauso konkretūs asmenys. Tai palengvina socialinio konteksto suvokimą. Taip pat vaikas supažindinamas su informacija, kurią gali sakyti skirtingiems žmonėms, priklausomai nuo to, kuriame socialiniame rate tie asmenys yra, – šitaip ugdomas vaiko socialinis radaras (gebėjimas atskirti ir parinkti atitinkamiems asmenims komunikuoti tinkamą informaciją). Kuriant socialinius ratus į procesą būtina įtraukti vaiką. Kartu jam priimtinais būdais (rašant vardus, klijuojant nuotraukas ar kt.) sukuriama pagrindiniai penki vaiką supantys socialiniai ratai.

Socialinių ratų
schemos pavyzdys



- **Violetinis ratas** – AŠ (vaikas).
- **Mėlynas** – šeimos nariai. Į šį ratą įtraukiami žmonės, kurie išties turi artimą ryšį su vaiku, jis su jais matosi dažniausiai ir jais labiausiai pasitiki.
- **Žalias ratas** – draugai. Svarbu vaikui paaiškinti, kokius žmones jau galime laikyti savo draugais, aptarti aiškius bruožus, kurie mums įrodo draugystę (pasitikėjimas, rūpinimasis vienas kitu, dažni susitikimai ar kt., atsižvelgiant į individualią situaciją). Pildant šį ratą taip pat svarbu tiksliai žinoti, kurie žmonės tikrai yra vaiko draugai. Jei paaiškėtų, kad vaikas neturi nė vieno artimo draugo, šį ratą reikėtų palikti neužpildytą.
- **Geltonas ratas** – pažįstami. Šiame rate dažnai būna gana daug žmonių. Svarbu vaikui paaiškinti, kad pažįstami – tai žmonės, su kuriais dažnai susitinkame, galime turėti bendrą veiklą, bet jie nėra mūsų draugai.
- **Oranžinis ratas** – pagalba. Šis ratas literatūroje dažnai vadinamas *bendruomenių pagalbininkais* (angl. *communitie helpers*). Šiam socialiniam ratui priklauso asmenys, į kuriuos vaikas gali kreiptis pagalbos, – policijos pareigūnai, medikai ir kt. Taip pat tai gali būti ir socialinis pedagogas, mokytojas, mokyklos direktorius ar kitas asmuo, kuris gali suteikti pagalbą pagal individualius vaiko poreikius.
- **Raudonas ratas** – svetimi. Tai žmonės, su kuriais vaikas susitinka, tačiau jų nepažįsta. Tai gali būti ir tos pačios mokyklos vaikai, su kuriais jis nebendrauja, ir bendruomenės nariai, sutinkami gatvėje, parduotuvėse ir kt.

Užpildę apskritimus, kalbėkite su vaiku apie tai, kodėl vieni ar kiti asmenys priklauso atitinkamam socialiam ratui. Modeliuokite įvairias situacijas ir kartu su vaiku išsiaiškinkite, į ką konkrečiu atveju jis gali kreiptis.

Socialinius ratus, kaip vizualinę pastiprinamąją priemonę, galite taikyti mokydami vaiką bendravimo su įvairiais žmonėmis taisyklių, kai su atitinkamais asmenimis bendraujama tam tikromis tinkamomis temomis, šitaip išsaugant privatumą ir paslaptis.

ŠTAI KELETAS TEMŲ, KURIAS GALITE APTARTI KARTU SU VAIKU:

- Kam gali pamojuoti, norėdamas pasisveikinti?
- Su kuo sveikindamasis sakai: „Laba diena“?
- Kam gali pasakyti savo vardą?
- Kam gali pasakyti savo adresą?
- Kam gali pasakyti, į kokią mokyklą eini?
- Kam gali pasakyti, kokiomis sporto šakomis mėgsti užsiimti?
- Jei turėtum problemų mokykloje, kam galėtum apie tai pasakyti?
- Ką gali pasikviesti į savo namus?
- Kam galėtum pasakyti: „Mano tėvai praėjusią naktį susipyko“? Su kuo gali pasidalyti savo paslaptimi?

Šios temos yra tik rekomendacinio pobūdžio. Dirbdamas su kiekvienu vaiku individualiai, pedagogas su vaiku turėtų kalbėtis tomis temomis, kurios aktualios konkrečiam vaikui.

Šis metodas veiksmingas tada, kai informacija, kurią pedagogas su vaiku aptaria ir išmoksta individualaus kontakto būdu, perkeliama į natūralias erdves ir sudaromos galimybės vaikui turimas teorines žinias įtvirtinti ir pritaikyti praktiškai.

TINKAMI IR NETINKAMI PRISILIETIMAI

Svarbią lytiškumo ugdymo dalį sudaro seksualinės prievartos prevencija. Svarbu išmokyti vaiką atskirti tinkamus ir netinkamus prisilietimus, supažindinti su įvairiomis situacijomis, į kurias jis gali patekti, ir išmokyti tinkamai reaguoti.

Mokydami suprasti tinkamus ir netinkamus prisilietimus:

- nagrinėkite artimųjų, pažįstamų, nepažįstamų žmonių ratus;
- aptarkite, kaip elgiamasi pas gydytoją;
- mokykite išlaikyti atstumą nuo kito žmogaus;
- mokykite vaiką pasakyti „NE“, kai jis nenori prisilietimo;
- aiškinkite, kas gali liesti privačias kūno dalis (patarimai tėvams);
- kartu su tėvais nuspręskite, kas aptaria intymius klausimus; svarbu, kad į tai įsitrauktų ir tėvai;
- remkitės socialinėmis istorijomis, naudokite paveikslėlius, vaizdo modeliavimo būdus;
- į pagalbą galite pasitelkti *apatinių rūbelių taisyklę*. Taisyklė sako, kad vaikas negali būti liečiamas kitų žmonių tose vietose, kurias dengia jo / jos apatiniai rūbeliai. Vaikai taip pat neturėtų tose vietose liesti kitų. Daugiau informacijos apie šią taisyklę ir jos mokymo principus rasite VŠĮ Paramos vaikams centro tinklalapyje (www.pvc.lt).

ASMENS HIGIENOS PAGRINDAI

Vieni pagrindinių įgūdžių, kurie reikalingi kiekvienam žmogui, – asmens higienos įgūdžiai. Vaikai geriausiai to mokosi stebėdami artimiausią savo aplinką – šeimos narius. Būtent namuose sužinoma, kad tokie įpročiai, kaip reguliarus maudymasis duše ar vonioje, reguliarus dantų valymas ir rankų plovimas, yra svarbūs. Mokytojai tai papildomai sustiprina aiškindami, kad kūno švara ir priežiūra yra sveiko gyvenimo dalis. Mokykloje kiekvieną dieną skiriant laiko asmens higienos mokymui užtikrinamas vaiko gebėjimas reguliariai mokytis esminių tinkamos asmens higienos palaikymo įgūdžių. Higienos įgūdžių mokymas mokykloje:

- plauti rankas (prieš ir po valgio, po pamokų, kuriose mokiniai išsitepa rankas);
- apsirengti ir nusirengti (ruošiantis mankštai ar fizinio lavinimo užsiėmimui);
- šukuotis plaukus (po aktyvių veiklų, mankštos, fizinio lavinimo pamokų);
- valyti dantis (po pietų);
- plauti veidą (po mankštos, dantų valymo).

Vaikystėje tinkamai suformuoti geri higienos įpročiai gerokai sumažina paauglystėje kylančias problemas, susijusias su nepakankama asmens higiena.

Būtent paauglystėje yra laikas, kai juntami ženklūs kūno pokyčiai, todėl kinta ir asmens higienos rutina. Jaunuoliams asmens higiena tampa ypač aktuali, todėl paauglystei vaikus ruošiamo prevenciskai. Prieš prasidedant paauglystės laikotarpiui, vaikus galima supažindinti su daiktais, kuriais jie turės naudotis, kad palaikytų tinkamą asmens higieną (pvz., skustuvas, dezodorantas, higieniniai paketai, įklotai ir kt.). Ankstyvas tokių priemonių pristatymas vaikams leis susipažinti su laukiančiais pokyčiais iš anksto, taip pat pratintis prie naujų kvapų, tekstūrų ir kt.

Mokant higienos įgūdžių rekomenduojama:

- tam, kad vaikui būtų aišku, kokius veiksmus, susijusius su asmens higiena, jis turi atlikti, naudojami kontroliniai sąrašai, kuriuose vaikas gali žymėti jau atliktus veiksmus (pvz., išsi-valyti dantis, nusiprausti veidą, susišukuoti ir kt.);
- mokyti vaiką tinkamai atlikti veiksmus rodant pavyzdį – kartu su visais vaikais plautis rankas, valyti dantis, šukuotis ir kt. Vaikai, matydami mokytojo atliekamus veiksmus, greičiau mokysis;

- konkretizuojant veiksmų atlikimo tvarką naudoti vizualias instrukcijas, kuriomis naudodamasis vaikas žinos reikiamų atlikti veiksmų eiliškumą (pvz., instrukcijos „Rankų plovimas“, „Naudojimasis tualetu“, „Sportinės aprangos apsirengimas / nusirengimas“ ir kt.). Tokio tipo instrukcijos turi būti aiškiai vizualizuotos, pakabintos vaikui matomoje vietoje, šalia objektų, kuriais vaikas mokomas naudotis;



Instrukcija „Rankų plovimas“

- jei įmanoma, leisti pačiam vaikui pasirinkti naudojamų higienos priemonių tekstūras, kvapus ir išvaizdą (vaikams, turintiems sensorinių iššūkių, tai ypač svarbu).

LITERATŪRA

1. Augimas. Vadovas specialistams ir tėvams, kurie sprendžia autizmo ir brendimo klausimus. 2019, p. 68.
2. Giniotaitė A. Kaip kalbėtis ir diskutuoti lyčių temomis su mokiniais? Įvairovės ir edukacijos namai, 2021.
3. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2016 m. spalio 25 d. įsakymas Nr. V-941 „Dėl Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendrosios programos patvirtinimo“. TAR, 2016-10-25, Nr. 25640.
4. Ustilaitė S., Jonynienė V., Šileikienė L. Lytiškumo ugdymas ir rengimas šeimai pradinėse klasėse. Patarimai mokytojui. Švietimo aprūpinimo centras, 2017.
5. Vanderbilt Kenedy Center. Healthy bodies. A parent's guide on puberty for boys with disabilities. 2018.
6. Vanderbilt Kenedy Center. Healthy bodies. A parent's guide on puberty for girls with disabilities. 2018.
7. Vermeulen P. Autism as context blindness. Shawnee Mission, Kansas, 2012.
8. VšĮ Paramos vaikams centras. Kiko ir ranka. Prieiga per internetą: <http://www.pagalbavaikams.lt/lt.php/pagalba/seksualinis-smurtas>.