

# LIETUVOS VAIKŲ MANIFESTAS 2019 m.



## Valstybei

### Mes skelbiame Valstybei:

- vaikai yra Lietuvos bendrasis gėris ir nacionalinė vertybė;
- vaikams – mūsų nacionaliniam turtui, turi būti skiriamas prioritetas, dėmesys ir finansavimas;
- kiekvienam vaikui turi būti sudarytos sąlygos išskleisti savo potencialą;
- investicijos į vaikus turi būti išskirtos atskira biudžeto eilute;
- kiekvienas vaikas turi būti pastebėtas ir turėti prieinamą asmenį, į kurį kreiptųsi pagalbos, emocinio palaikymo ar patarimo, kai tik jam to prireikia;
- vaiko nuo šeimos atskyrimas turi tapti ne pagrindine, o kraštutine vaiko apsaugos priemone;
- valstybė privalo kurti paslaugų sistemą vaikams ir šeimai, palaikyti vaikus ir šeimą bei juos stiprinti;
- kiekvienas vaikas, paliestas tėvų problemų, turi būti pastebėtas, suprastas, su pagarba priimtas ir lydimas į suaugusiojo gyvenimą.

### Mes skatiname valstybę:

- stiprinti ir plėsti vaikų dienos centrus, kuriuose vaikai išklauso mi, socializuojami, ugdomi, maitinami, o jų tėvai gali dirbti, spręsti šeimos problemas;
- prižiūrėti ir ugdyti vaikus, kuriems neužtenka tik užimtumo, o jų priežiūra ir ugdymas neturi tapti nuolatinio streso, pervargimo priežastimi;
- sudaryti sąlygas, kad kiekvienas vaikas turėtų galimybę būti išklaustas, suprastas, mokomas įveikti stresą, emociškai palaikomas, formuojami socialinio atsparumo įgūdžiai;
- stiprinti pagalbą ir plėtoti paslaugas vaikams – patiems mažiausiems ir paaugliams, neįgaliams, patyrusiems nepriežiūrą ir smurtą, tapusiems tėvų alkoholizmo ir smurto artimoje aplinkoje liudytojais, turintiems elgesio problemų ar linkusiems nusikaltsti, kalbėti ir aktyviai dalyvauti jų gyvenimą liečiančių sprendimų priėmime.

## Vaikams

### Mes linkime:

- tikros draugystės džiaugsmo, kalbėkitės, būkite gerais klausytojais, ypąč savo draugų ir iš visų jėgų stenkitės būti laisvais;
- supratimo, teikite vienas kitam pagalbą, dalinkitės džiaugsmais ir liūdesiu, įveikite iššūkius kartu, nes draugus auginą bendravimo patirtis, mokėjimas dalintis gyvenimu;
- vaduokitės iš problemų ir vaduokite iš jų draugus – padėk draugui ir paprašyk pagalbos, jei tavo draugas kenčia, kviesk į pagalbą tėvus, specialistus.
- kai būna sunku ir nepakeliamai slegia mokslai, patyčios, nuolatinis stresas, tėvų tarpusavio santykių problemos, skyrybos, netektis ar jausmas, kad esi niekam nereikalingas, nenustok kalbėjęs apie tai, kol sutiksi tikrai klausantį, suprantantį ir padedantį žmogų; v siekite būti laisvais, tai užtruks, bet iš visų jėgų stenkitės įveikti primestą baimę, gėdą ir vienatvę;
- vienintelis dalykas, kurio turite vengti yra žala sau ir kitam;
- drąsiai priimkite iššūkius, ar tai būtų viešo pasirodymo baimė, ar bendravimo problemos, ar sunkumai moksle, ar net išgyvenimo iššūkiai, kai trūksta to, ką dauguma turi;
- nebijokite ieškoti pagalbos iššūkiams įveikti, kai jų negalite įveikti vieni;
- įveikę sunkumus, patirkite pasitikėjimo savimi, dėkingumo ir atleidimo jausmus – tai išlaisvinantys jausmai;
- tapkite iššūkių įveikimo meistrais – kurkite gražesnį pasaulį!

## Visiems vaiko gerovės specialistams

### Mes skatiname:

- kurti saugią, kiekvieną vaiką įtraukiančią ir palaikančią mokyklą;
- kad suaugusieji daugiau kalbėtų su vaikais, o ne apie juos;
- dėmesį skirti kasdieniam darbui – emociniam ir socialiniam ugdymui, skatinančiam kiekvieno vaiko saviraišką ir kūrybiškumą;
- siekti, kad nepagarbai ir patyčioms neliktų vietos vaikų ir mokytojų tarpe;
- visomis išgalėmis mažinti stresą mokyklose, mokyti vaikus įveikti stresą, nepalikti jų nežinomybėje ir neviltyje;
- sudaryti sąlygas vaikams atsiskleisti, būti jautriais ir pastebėti vaikų bėdas iki jiems pratrūkstant socialiai nepriimtinais būdais;
- suprasti vaiką, rodyti žmogiškumą, gerą valią ir tai, kad vaikai jums rūpi, rasti laiko asmeniniams pokalbiams su vaiku;
- ugdyti bendruomenėje solidarumą, tegul mokyklose vaikai patiria, kad priimti pagalbą ir padėti kitam yra gera;
- stiprinti pediatrių ir psichologų institutus Lietuvoje, kad jų indėlis, apsaugant vaikus nuo nepriežiūros ir kitų smurto formų, būtų veiksmingesnis;
- didinti žinias apie žalojančią vaikystės patirtį, smurto prieš vaikus atpažinimą, intervencijos, reabilitacijos įgūdžius ir veiksmingiau įsitraukti į pagalbą vaikui procesus;
- suprasti ir šviesti tėvus, visuomenę apie žalojančios vaikystės patirties žalą vaiko raidai ir gyvenimui suaugus;
- visuomenės sveikatos stiprinimo prevencijoje pagrindinį dėmesį skirti vaikų sveikatai ir jos stiprinimui;
- sergėti, kad intervencijos netaptų vaikui tik dar vienu stresiniu įvykiu, prisidėjusiu prie jį žalojančių aplinkybių;
- kad nei vienas vaikas, kuris patiria intervencijas į šeimą, nebūtų paliktas be emocinio palaikymo, pagalbos ir informacijos, kas vyksta su juo ir jo artimaisiais;
- sergėti, kad pagalbos sistema nedubliuotų policijos funkcijų;
- organizuoti pagalbos procesą taip, kad nuo streso didinimo, direktyvų ir kontrolės metodų būtų pereinama prie streso mažinimo, atsparumo didinimo, galimybių plėtros;
- būti priinamais vaikams, kad jie pasitikėtų, o ne bijotų.