



Jaunimas Kretingos rajone

Jaunimo situacijos tyrimas ir jaunimo politikos
vertinimas

Turinys

IVADAS	3
I SKYRIUS. JAUNIMO POLITIKA LIETUVOJE IR EUROPOJE	4
1.1. Jaunimo politikos samprata ir darbo su jaunimu principai	4
1.2. Nacionaliniai jaunimo politikos dokumentai ir jų sąsajos su vertinamosiomis sritimis	5
1.3. Tarptautiniai jaunimo politikos dokumentai ir jų reikšmė vietos jaunimo politikai	6
1.4. Jaunimo politika Kretingos rajono savivaldybėje	7
1.4.1. Jaunimo politikos sistema ir veikėjai	7
1.4.2. Demografinė situacija ir Kretingos jaunimo charakteristikos	8
1.4.3. Jaunimo politikos įgyvendinimo vertinimas 2024 m.	9
1.4.4. Darbo su jaunimu infrastruktūra	10
1.4.5. Jaunimo organizacijos ir pilietinė veikla	10
1.4.6. Pasiekimai ir pažanga	12
1.4.8. Problematika ir iššūkiai	13
II SKYRIUS. TYRIMO METODOLOGINIAI PAGRINDAI	15
2.1. Tyrimo organizavimas ir metodika	15
2.2. Tyrimo imtis ir dalyviai	16
2.3. Duomenų rinkimo procesas	16
2.4. Apklausos struktūra ir atsakymų netolygumas	17
2.5. Etiniai ir duomenų apsaugos aspektai	17
III SKYRIUS. JAUNIMO SITUACIJOS KRETINGOS RAJONE TYRIMO REZULTATAI.. 18	
3.1. Apklausos dalyviai: tyrimo imties apžvalga	18
3.2. Laisvalaikis ir užimtumas: ką jauni žmonės veikia po pamokų	20
3.2.1. Jaunimo užimtumo ir laisvalaikio veiklų dinamika	20
3.2.2. Laisvalaikio veiklų prieinamumo logika: kas riboja dalyvavimą ir formuoja jaunimo pasirinkimus	21
3.3. Jaunimo dalyvavimas ir įsitraukimas į mokyklos ir bendruomenės gyvenimą	25
3.4. Emocinė savijauta ir psichologinė gerovė	30
3.5. Gyvenimo būdas ir rizikos: psichoaktyvių medžiagų vartojimas	34
3.6. Sisteminiai jaunimo situacijos iššūkiai ir tobulintinos sritys	40
3.7. Numanomos rizikos savivaldybei ir bendruomenei	41
IV SKYRIUS. GEROSIOS JAUNIMO POLITIKOS PRAKTIKOS IR JŲ PRITAIKYMO GALIMYBĖS	42
4.1. Lietuvos savivaldybių gerosios jaunimo politikos patirtys	42
4.2. Europos savivaldybių gerosios praktikos jaunimo politikos planavime ir įgyvendinime	45
V SKYRIUS. IŠVADOS IR REKOMENDACIJOS	55
5.1. Pagrindinės išvados	55
5.1.1. Išvados, grindžiamos antrinių duomenų ir jaunimo politikos Kretingos rajone apžvalga	55
5.1.2. Išvados, grindžiamos empiriniu jaunimo situacijos tyrimu	55
5.2. Rekomendacijos Kretingos rajono savivaldybei ir partneriams	56
ŠALTINIAI	63

ĮVADAS

Jaunimo situacijos pažinimas savivaldybės lygmeniu yra svarbi prielaida kuriant tvarią, poreikius atliepiančią ir į jaunimo įgalinimą orientuotą jaunimo politiką. Šiuolaikiniai jauni žmonės veikia sparčiai kintančioje socialinėje, informacinėje ir technologinėje aplinkoje, kuri formuoja jų dalyvavimo, saviraiškos, emocinės gerovės ir gyvenimo būdo pasirinkimus. Todėl sistemingas jaunimo patirčių, poreikių ir iššūkių vertinimas leidžia savivaldybei priimti pagrįstus sprendimus ir kryptingai tobulinti jaunimo politikos priemones.

„Jaunimas Kretingos rajone: jaunimo situacijos tyrimas ir jaunimo politikos vertinimas“ parengtas siekiant įvertinti jaunimo situaciją Kretingos rajone ir jaunimo politikos įgyvendinimo kontekstą vietos lygmeniu. Atliktas tyrimas orientuotas į jaunimo kasdienes patirtis, dalyvavimo galimybes, emocinę savijautą, laisvalaikio ir užimtumo struktūrą bei rizikingas gyvenimo būdo praktikas, taip pat į sisteminius veiksnius, turinčius įtaką jaunimo įsitraukimui ir gerovei.

Vykdytu tyrimu siekta įvertinti jaunimo situaciją Kretingos rajone, identifikuoti pagrindines jaunimo patirtis, poreikius ir iššūkius bei pateikti išvagas ir rekomendacijas jaunimo politikos tobulinimui.

Tyrimo metu siekta:

- išanalizuoti jaunimo laisvalaikio, užimtumo ir neformaliojo ugdymo patirtis;
- įvertinti jaunimo dalyvavimą mokyklos, bendruomenės ir visuomeniniame gyvenime;
- išnagrinėti jaunimo emocinę savijautą, psichologinės gerovės veiksnius ir pagalbos prieinamumą;
- įvertinti gyvenimo būdo ypatumus ir psichoaktyvių medžiagų vartojimo rizikas;
- identifikuoti sisteminius jaunimo situacijos iššūkius ir galimas rizikas savivaldybei.

Tyrimas atliktas taikant mišrų metodinį požiūrį, derinant kiekybinius ir kokybinius metodus. Pagrindinis duomenų rinkimo metodas – anoniminė anketinė apklausa, kurioje dalyvavo 135 jauni žmonės (14-19 m.), gyvenantys ar besimokantys Kretingos rajone. Klausimynas parengtas remiantis jaunimo problematikos tyrimų savivaldybėse metodika, adaptuojant ją prie aktualių jaunimo gyvenimo tendencijų.

Papildomai taikyta dokumentų ir turinio analizė (nacionalinių, europinių ir tarptautinių jaunimo politikos dokumentų, ataskaitų ir viešų duomenų analizė) bei interaktyvūs „Kahoot“ klausimai kaip neformalus jaunimo nuostatų ir motyvacijos gilinimo metodas.

Tyrimo tirtos keturios pagrindinės sritys: jaunimo laisvalaikis ir užimtumas, jaunimo dalyvavimas ir įsitraukimas, emocinė savijauta ir psichologinė gerovė bei gyvenimo būdas ir psichoaktyvių medžiagų vartojimo rizikos.

I SKYRIUS. JAUNIMO POLITIKA LIETUVOJE IR EUROPOJE

1.1. Jaunimo politikos samprata ir darbo su jaunimu principai

Jaunimo politika Lietuvoje suprantama kaip valstybės ir savivaldybių veikla, kuria siekiama sudaryti sąlygas formuotis jauno žmogaus (14-29 metų) asmenybei, jai visavertiškai dalyvauti visuomenės gyvenime, ugdyti pilietiškumą, kompetencijas, savarankiškumą ir atsakomybę (LR Jaunimo politikos pagrindų įstatymas, 2003).

Jaunimo politikos formavimą ir įgyvendinimą užtikrina keli tarpusavyje susiję ir vienas kitą papildantys valdymo lygmenys. Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerija yra atsakinga už jaunimo politikos valstybės mastu formavimą, koordinavimą ir jos įgyvendinimo stebėseną. Už jaunimo politikos įgyvendinimą yra atsakinga Jaunimo reikalų agentūra, kuri atsakinga už konkrečių priemonių planavimą ir jų įgyvendinimą, jaunimo ir su jaunimu dirbančių organizacijų veiklos koordinavimą, rekomendacijų teikimą savivaldybėms.

Savivaldos lygmenyje jaunimo politikos įgyvendinimą koordinuoja jaunimo reikalų koordinatorius, kuris yra atsakingas už vietos jaunimo politikos programos ir priemonių rengimą bei įgyvendinimą, jaunimo, jaunimo organizacijų ir su jaunimu dirbančių organizacijų padėties savivaldybėje analizę, tarpžinybinio bendradarbiavimo plėtojimą ir kt.

Jaunimo reikalų agentūros interneto svetainėje pateikiama nacionalinės jaunimo politikos struktūros vizualinė schema:



1 pav. Nacionalinės jaunimo politikos struktūra

Prie jaunimo politikos įgyvendinimo taip pat prisideda Lietuvos jaunimo organizacijų taryba (LiJOT), savivaldybių jaunimo organizacijų tarybos, įvairios jaunimo ir su jaunimu dirbančios organizacijos bei Pasaulio lietuvių jaunimo sąjunga. Šios struktūros stiprina jaunimo atstovavimą, savanorystę ir bendradarbiavimą tarp skirtingų sektorių.

Jaunimo politikos ir darbo su jaunimu principai

Jaunimo politikos įgyvendinimas Lietuvoje grindžiamas įgalinimo, dalyvavimo, atvirumo, socialinės įtraukties ir tvarumo principais, kuriuos taiko tiek nacionalinės institucijos, tiek savivaldybėse veikiantys jaunimo reikalų koordinatoriai. Šie principai atspindi valstybės siekį užtikrinti, kad kiekvienas jaunas žmogus turėtų lygias galimybes tobulėti, dalyvauti sprendimų priėmimo ir realizuoti savo galimybes.

Tuo tarpu darbas su jaunimu, kaip praktinė jaunimo politikos įgyvendinimo forma, vykdomas vadovaujantis LR Jaunimo politikos pagrindų įstatymo (2003) nustatytais principais. Jie apibrėžia, kokiomis vertybėmis ir metodais turi būti grindžiamas tiesioginis darbas su jaunu žmogumi – akcentuojamas atviras ir neformalus bendravimas, paremtas pasitikėjimu ir lygiaverčiu dialogu, savanoriškas dalyvavimas bei bendros veiklos svarba, kai sprendimai priimami bendradarbiaujant. Darbas su jaunimu taip pat grindžiamas individualumo ir mokymosi iš patirties principais, leidžiančiais atsižvelgti į kiekvieno jauno žmogaus poreikius bei skatinti asmeninį augimą. Esant poreikiui, užtikrinamas nukreipimas į pagalbą teikiančias institucijas, o visos veiklos vykdomos užtikrinant saugios aplinkos principą, kuriame nėra fizinio ar psichologinio smurto. Kretingos rajono kontekste šie principai yra itin aktualūs vertinant, kaip jauni žmonės patys suvokia ir patiria darbo su jaunimu vertybes bei metodus – ar jie jaučiasi įtraukiami, ar veikloje užtikrinamas atvirumas, savanoriškumas ir saugi aplinka.

1.2. Nacionaliniai jaunimo politikos dokumentai ir jų sąsajos su vertinamosiomis sritimis

1 lentelė. Nacionalinių jaunimo politikos dokumentų sąsajos

Dokumentas	Pagrindinės nuostatos	Reikšmė Kretingos rajono tyrimui
Lietuvos Respublikos jaunimo politikos pagrindų įstatymas (2003)	Apibrėžia jaunimo politikos principus ir įgyvendinimo struktūrą. Įpareigoja savivaldybes steigti jaunimo reikalų tarybas, jaunimo organizacijas įtraukti į sprendimų priėmimą.	Svarbus vertinant, kiek Kretingos jaunimas žino apie vietos jaunimo politikos priemones, dalyvauja savivaldoje ir vertina ištraukimo galimybes.
Nacionalinės jaunimo politikos 2023-2027 metų veiksmų planas	Nustato penkias pagrindines kryptis: jaunimo įgalinimą ir dalyvavimą visuomenėje, savanorystės ir jaunimo organizacijų stiprinimą, socialinę įtrauktį ir paslaugų prieinamumą, darbo su jaunimu kokybės tobulinimą bei jaunimo politikos stebėsenos gerinimą.	Šis veiksmų planas svarbus Kretingos rajono jaunimo situacijos tyrimui, nes padeda vertinti, kaip nacionaliniai prioritetai yra įgyvendinami vietos lygmeniu, suteikia pagrindą analizuoti, kaip jauni žmonės vertina ištraukimo galimybes, savanorystės skatinimą, paslaugų prieinamumą ir socialinės įtraukties priemones Kretingos rajone.
Jaunimo reikalų agentūros 2025 metų veiklos planas	Numato penkis pagrindinius prioritetus: jaunimo užimtumo didinimą ir įgalinimą, socialinės sutelkties bei emocinės gerovės stiprinimą, savanoriškos tarnybos plėtrą, pilietiškumo ir dalyvavimo stiprinimą bei darbo su jaunimu kokybės gerinimą.	Veiklos plano prioritetai tiesiogiai leis įvertinti, kiek Kretingos rajono jaunimas yra įgalinamas ir informuojamas, kaip jis vertina savanorystės galimybes bei NVO veiklą, kokias galimybes turi prasmingam užimtumui ir laisvalaikiui, ir kaip jaučiasi visuomenės įtraukties bei atvirumo kontekste.

Nacionaliniai jaunimo politikos dokumentai apibrėžia jaunimo politikos reglamentavimo kryptis ir pagrindinius principus Lietuvoje. Lietuvos Respublikos jaunimo politikos pagrindų įstatymas apibrėžia jaunimo politikos principus, įgyvendinimo struktūrą ir pagrindinių institucijų vaidmenis, nustatydamas savivaldybių atsakomybę jaunimo politikos srityje. Nacionalinės jaunimo politikos 2023-2027 metų veiksmų planas detalizuoja valstybės jaunimo politikos kryptis ir prioritetus, orientuotus į jaunimo įgalinimą, dalyvavimą visuomenėje, socialinę įtrauktį,

savanorystę bei darbo su jaunimu kokybės stiprinimą. Jaunimo reikalų agentūros 2025 metų veiklos planas šias strategines nuostatas įtvirtina per institucines įgyvendinimo priemones, apibrėždamas veiklos prioritetus ir atsakomybes.

1.3. Tarptautiniai jaunimo politikos dokumentai ir jų reikšmė vietos jaunimo politikai

2 lentelė. Tarptautinių jaunimo politikos dokumentų santrauka

Dokumentas	Esminės gairės	Reikšmė tyrimo sritims
2019-2027 m. Europos Sąjungos jaunimo strategija (EU Youth Strategy)	Pagrindinis ES lygmens jaunimo politikos dokumentas. Jame įtvirtintos trys pagrindinės kryptys: „Įtraukti“ (Engage), „Susieti“ (Connect) ir „Suteikti galių“ (Empower). „Įtraukti“ pabrėžia jaunimo dalyvavimą visuomenės ir demokratiniuose procesuose bei teisę būti išgirstiems. „Susieti“ akcentuoja jaunimo ryšius, mobilumą ir savanorystę, stiprinančius bendruomeniškumą ir atvirumą. „Suteikti galių“ orientuota į jaunimo įgalinimą, emocinę gerovę ir kokybiškas paramos paslaugas.	Suteikia tarptautinį pagrindą vertinant, kaip Kretingos rajono jaunimas įtraukiamas į sprendimų priėmimą, kokias galimybes turi saviraiškai ir kaip vietos aplinka prisideda prie jų įgalinimo.
Europos jaunimo tikslai (11 tikslų)	11 Europos jaunimo tikslų atspindi jaunimui Europoje aktualiausias problemas ir politinius prioritetus bei nurodo sritis, kuriose būtini pokyčiai, siekiant sudaryti sąlygas jaunimui visapusiškai atskleisti savo potencialą. Šių tikslų įgyvendinimą Europos, nacionaliniu ir regioniniu lygmenimis remia ES jaunimo dialogas, o patys tikslai yra įtraukti į ES jaunimo strategiją. Jaunimo tikslai yra Jaunimo Struktūrinio Dialogo 2017-2018 rezultatas, atspindintis virš 50 000 jaunų žmonių iš visos Europos nuomonę.	Suteikia teminį ir vertybinį pagrindą vertinti Kretingos rajono jaunimo dalyvavimo, įgalinimo, gerovės, lygių galimybių ir paslaugų prieinamumo situaciją, leidžiant vietos tyrimo rezultatus susieti su europiniais jaunimo politikos prioritetais.
Council of Europe Youth Sector Strategy 2030	Europos Tarybos jaunimo politikos strategija 2030 m., orientuota į demokratiją, žmogaus teises ir jaunimo socialinę įtrauktį. Strategija grindžiama įtraukties, dalyvavimo, pasitikėjimo ir bendradarbiavimo principais, skatinančiais kurti aplinką, kurioje jaunimas yra girdimas ir įgalinamas. Strategijoje išskiriami keturi prioritetai: demokratijos stiprinimas, jaunimo teisių užtikrinimas, gyvenimas taikioje ir įtraukioje visuomenėje bei	Kretingos rajono jaunimo tyrimui ši strategija svarbi kaip pagrindas vertinant jaunimo dalyvavimo sprendimų priėmimo, jų teisių užtikrinimą, socialinės įtraukties patirtis bei darbo su jaunimu kokybę vietos lygmeniu.

	darbo su jaunimu kokybės stiprinimas.	
UN Youth Strategy „Youth 2030“	Užtikrina, kad jaunimas visame pasaulyje būtų visapusiškai įtrauktas į darnaus vystymosi tikslų įgyvendinimą, turėtų galimybę formuoti sprendimus ir kurti socialinę bei ekonominę pažangą. Išskiriami penki pagrindiniai prioritetai: jaunimo dalyvavimo ir balso stiprinimas, kokybiško švietimo ir gebėjimų ugdymo užtikrinimas, sveikatos ir psichologinės gerovės stiprinimas, jaunimo užimtumo ir ekonominių galimybių plėtojimas bei žmogaus teisių, taikos ir saugumo užtikrinimas.	Kretingos rajono jaunimo tyrimo kontekste ši strategija yra svarbi kaip tarptautinis orientyras, padedantis vertinti, ar vietos jaunimui sudaromos sąlygos būti girdimiems, gauti kokybiškas švietimo ir darbo galimybes, užtikrinti emocinę gerovę bei gyventi įtraukiamame, saugiame socialiniame kontekste. Ji leidžia palyginti vietos lygmens iššūkius su globaliomis tendencijomis, atskleidžiant, kaip Kretingos rajono jaunimo politika dera su tarptautiniais įgalinimo ir dalyvavimo principais.
European Youth Work Agenda (Bonn Process)	Nustato bendrą pagrindą jaunimo darbo plėtrai Europoje. Joje pabrėžiama, kad jaunimo darbas – tai veiklos su ir jaunų žmonių labui, grindžiamos neformaliu mokymusi, savanoryste ir bendruomeniškumu. Rezoliucija siekia stiprinti jaunimo darbo kokybę, pripažinimą, inovacijas, tarptautinį bendradarbiavimą ir tvarius išteklius.	Kretingos rajono tyrimui šis dokumentas svarbus vertinant jaunimo politikos prieinamumą, darbo su jaunimu kokybę ir laisvalaikio infrastruktūrą – ar vietos veiklos atitinka europinius kokybės principus ir skatina jaunimo įgalinimą.
OECD Policy Reviews on Youth	Vertina jaunimo įsitraukimą, užimtumą ir pasitenkinimą paslaugomis skirtingose šalyse.	Naudinga tarptautiniam palyginimui – kaip jaunimo politikos priemonės veikia vietos lygmeniu, įskaitant infrastruktūrą ir laisvalaikį.

Jaunimo politiką reglamentuojantys dokumentai sudaro **vertinimo sistemą**, pagal kurią galima analizuoti Kretingos rajono jaunimo situaciją ne fragmentiškai, o kompleksiskai – jungiant politinius tikslus, paslaugų prieinamumą ir jaunimo nuostatas.

Ši apžvalga tampa teoriniu pagrindu tolesnei tyrimo analizei, leidžiančiai palyginti **faktinę jaunimo situaciją su nacionalinėmis ir tarptautinėmis gairėmis**, bei identifikuoti, kuriose srityse (informuotumas, dalyvavimas, savanorystė, infrastruktūra, atvirumas) reikia tobulinimo Kretingos rajone.

1.4. Jaunimo politika Kretingos rajono savivaldybėje

1.4.1. Jaunimo politikos sistema ir veikėjai

Jaunimo politikos įgyvendinimas Kretingos rajono savivaldybėje grindžiamas aiškia institucine struktūra, apimančia kelis pagrindinius veikėjus. **Savivaldybės taryba**, vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymu, priima sprendimus vietos lygmeniu.

Operatyvinį jaunimo politikos administravimą vykdo **jaunimo reikalų koordinatorius (JRK)**, atsakingas už jaunimo politikos programų ir priemonių rengimą bei įgyvendinimą, jaunimo organizacijų padėties analizę savivaldybėje, institucijų bendradarbiavimo plėtrą bei

atsako už Jaunimo reikalų agentūros pateiktą jaunimo politikos įgyvendinimo rekomendacijų laikymąsi ir jų įgyvendinimo stebėseną.

Jaunimo interesų atstovavimą užtikrina **Savivaldybės jaunimo reikalų taryba (SJRT)** – visuomeninė patariamoji institucija, sudaryta iš savivaldybės administracijos ir savivaldybės teritorijoje veikiančių jaunimo organizacijų atstovų. SJRT analizuoja jaunimo politikos įgyvendinimą, inicijuoja jaunimo poreikių tyrimus, teikia pasiūlymus savivaldybės tarybai dėl jaunimo politikos plėtros kryptių ir teisės aktų projektų. **Savivaldybės jaunimo organizacijų taryba (SJOT)** vienija savivaldybės teritorijoje veikiančias jaunimo organizacijas ir joms atstovauja, deleguoja jaunimo atstovus į SJRT sudėtį.

1.4.2. Demografinė situacija ir Kretingos jaunimo charakteristikos

2025 m. pradžioje Kretingos rajone gyveno **6 303 jauni žmonės** (14-29 metų amžiaus), sudarantys 16,84 proc. visų rajono gyventojų (37 426 gyv.). Per pastaruosius penkerius metus jaunimo dalis rajone nuosekliai mažėja – 2021 m. jaunimas sudarė 18,03 proc., o 2025 m. jau tik 16,84 proc. gyventojų. Absoliučiais skaičiais jaunimo sumažėjo nuo 6 788 (2021 m.) iki 6 303 (2025 m.) – sumažėjimas siekia **485 jaunos žmones arba 7,1 proc.** Ypač ryškus 19-29 metų amžiaus grupės mažėjimas – nuo 4 852 (2021 m.) iki 4 303 (2025 m.), t.y. sumažėjo 549 jaunais žmonėmis.

3 lentelė. Jaunimo skaičius (15-29 m.) Kretingos rajono savivaldybėje

Amžius	2021	2022	2023	2024	2025
14-18	1936	1932	1934	1944	2000
19-29	4852	4669	4527	4376	4303
Iš viso (14-29m.):	6788	6601	6461	6320	6303
Gyventojai Kretingos r.	37639	37404	37554	37442	37426
Jaunimo % nuo visų gyv.	18.03%	17.65%	17.20%	16.88%	16.84%

Šaltinis: Valstybės duomenų agentūra

Jaunimo pasiskirstymas tarp miesto ir kaimo beveik vienodas: 2025 m. **47,12 proc. jaunų žmonių gyveno mieste** (2 970 asm.), **52,88 proc. – kaime** (3 333 asm.). Šis pasiskirstymas turi reikšmingą įtaką darbo su jaunimu organizavimui – kaimiškose teritorijose gyvenančiam jaunimui neretai sunkiau pasiekti jaunimo paslaugas, nepaisant to, kad Kretingos rajono savivaldybėje sėkmingai plėtojamas mobilus darbas su jaunimu.

4 lentelė. Jaunų žmonių gyvenančių mieste ir kaime pasiskirstymas

	Amžius	2021	2022	2023	2024	2025	Procentinis pasiskirstymas (2025 m.) nuo viso jaunimo
Miestas	14-18	912	907	926	916	944	47.12%
	19-29	2235	2132	2085	2020	2026	
	Iš viso (14-29m.):	3147	3039	3011	2936	2970	
Kaimas	14-18	1024	1025	1008	1028	1056	52.88%
	19-29	2617	2537	2442	2356	2277	
	Iš viso (14-29m.):	3641	3562	3450	3384	3333	

Šaltinis: Valstybės duomenų agentūra

Remiantis Švietimo informacinės sistemos duomenimis, 2025-2026 m. m. Kretingos rajono mokyklose mokėsi **1 802 mokiniai** (14-19 metų amžiaus), o iš viso bendras mokinių skaičius – 4 486 mokiniai. Didžiausios mokyklos – Kretingos Jurgio Pabrėžos universitetinė gimnazija (572 mokiniai 14-19 m.) ir Pranciškonų gimnazija (533 mokiniai 14-19 m.). Ernesto Galvanausko profesinio mokymo centre mokėsi 285 mokiniai 14-29 m. amžiaus grupėje. Neformaliojo švietimo veiklose dalyvavo 3 121 mokinys (67,6 proc. visų mokinių), kas rodo gana aukštą mokinių įsitraukimą į neformaliojo švietimo veiklas.

Kretingos rajone taip pat gyvena **98 ukrainiečiai vaikai** (7-17 metų amžiaus), kurie sudaro dalį rajono jaunimo bendruomenės ir dalyvauja švietimo sistemoje. Šios grupės buvimas aktualizuoja **įtraukties, emocinės gerovės, bendruomeninio priėmimo ir socialinio saugumo klausimus**, ypač atsižvelgiant į galimas patirtas traumas, adaptacijos iššūkius ir kalbinius ar kultūrinius barjerus. Nors ši jaunimo grupė nėra gausi, jos poreikiai reikalauja jautraus ir individualizuoto požiūrio, siekiant užtikrinti sėkmingą integraciją.

Remiantis Užimtumo tarnybos duomenimis, **jaunimo nedarbas (16-24 m.) Kretingos rajone 2025 m. lapkričio mėn. siekė 5,8 proc.** Šis rodiklis rodo santykinai stabilų jaunimo užimtumo lygį, tačiau kartu neeliminuoja **struktūrinių pereinamojo laikotarpio iššūkių**, su kuriais susiduria jaunimas, pereinantis iš švietimo sistemos į darbo rinką. Tyrimo kontekste šis rodiklis svarbus vertinant jaunimo užimtumo, motyvacijos, savarankiškumo ir ateities planavimo sąsajas su laisvalaikio struktūra, emociškai savijauta ir dalyvavimu bendruomenės gyvenime.

1.4.3. Jaunimo politikos įgyvendinimo vertinimas 2024 m.

2024 m. Kretingos rajono savivaldybė **įgyvendino 84,7 proc. rekomenduotų jaunimo politikos užduočių**, kas viršija tiek 2023 m. (78,1 proc.), tiek ir nacionalinį 2024 m. vidurkį (81,3 proc.). Šis rezultatas rodo savivaldybės gebėjimą planuoti ir nuosekliai siekti užsibrėžtų tikslų jaunimo politikos srityje.

Jaunimo reikalų agentūros atliktame vertinime, apimančiame keturias pagrindines jaunimo politikos sritis, Kretingos rajonas pademonstravo skirtingus rezultatus:

- **Darbo su jaunimu srityje** (atvirasis darbas, mobilusis darbas ir darbas su jaunimu gatvėje) Kretingos rajonas surinko **5,79 balo** (2024 m. nacionalinis vidurkis – 5,39 balo), įgyvendindamas 78,3 proc. rekomenduotų užduočių šioje srityje. Atvirojo darbo su jaunimu vertinimas – 4,54 balo, o mobiliojo darbo su jaunimu gatvėje – 1,24 balo. Tai rodo, kad savivaldybė užtikrina atvirojo darbo su jaunimu lygį ir aktyviai plėtoja mobilaus darbo su jaunimu praktiką.
- **Jaunimo dalyvavimo, įgalinimo ir atstovavimo srityje** Kretingos rajonas užėmė aukštą poziciją tarp visų Lietuvos savivaldybių (5-10 vietos), surinkdama **4,35 balo** (2024 m. nacionalinis vidurkis – 3,45 balo) ir įgyvendindama 88,9 proc. rekomenduotų užduočių. Tai liudija apie efektyvų SJRT darbą ir dėmesį jaunimo iniciatyvų palaikymui bei skatinimui.
- **Jaunimo savanoriškos veiklos srityje** savivaldybė surinko **2,57 balo** (nacionalinis vidurkis – 2,63 balo), įgyvendindama 87,5 proc. rekomenduotų užduočių. Nors rezultatas artimas nacionaliniam vidurkiui, jis rodo potencialą stiprinti ir plėsti savanorišką veiklą rajone.
- **Jaunimo politikos veiklos sričių administravimo** (faktais ir žiniomis grįsta jaunimo politika) srityje Kretingos rajonas surinko **0,5 balo**, užimdama 10-45 vietas tarp visų savivaldybių. Šis žemesnis įvertinimas signalizuoja poreikį toliau stiprinti sistemingą duomenų rinkimą, analizę ir jaunimo politikos planavimą, pagrįstą aktualia informacija apie jaunimo situaciją ir poreikius. Kartu pažymėtina, kad šis jaunimo situacijos tyrimas, kaip ir kitos pastaruoju metu vykdomos analitinės, stebėsenos ir vertinimo veiklos, prisideda prie šios srities stiprinimo bei sudaro pagrindą faktais grįstiems sprendimams.

1.4.4. Darbo su jaunimu infrastruktūra

Remiantis „Dienos veiklos centro 2024 m. veiklos ataskaita“ duomenimis Kretingos rajone veikia **1 atviras jaunimo centras ir 1 atvira jaunimo erdvė**, kuriuose dirba **2 jaunimo darbuotojai**, finansuojami iš savivaldybės biudžeto (2 etatai). Papildomai kitų finansavimo šaltinių lėšomis finansuojami 0,5 etato. Mobilųjį darbą su jaunimu vykdo **2 jaunimo darbuotojai** (2 etatai), kurie 2024 m. palaikė kontaktą su **836 jaunais žmonėmis** 5 rajono seniūnijose (Darbėnų, Salantų, Kūlupėnų, Vydmantų, Jokūbavo), iš kurių **186 buvo unikalūs lankytojai**.

Kretingos atviras jaunimo centras (KAJC) 2024 m. užregistravo **7 770 apsilankymų** (vidutiniškai 674 per mėnesį arba apie 40 jaunų žmonių per dieną), kas yra reikšmingas padidėjimas lyginant su 2023 m. (5 740 apsilankymų, vidutiniškai 30 per dieną). Per mėnesį KAJC lankė vidutiniškai 392 vaikinai ir 329 merginos (unikalūs asmenys). Pagal amžiaus grupes, 2024 m. daugiausia lankėsi 14-18 m. jaunų žmonių (481 asm.), 19-29 m. jaunimo buvo 62, o iki 14 m. – 178 mokyklinio amžiaus asmenys.

Mobilaus darbo su jaunimu komandos veiklos duomenys rodo didesnę merginų aktyvumą – 2024 m. merginos sudarė 439 lankytojus, o vaikinai – 397. Analizuojant lankytojų amžiaus struktūrą rajono seniūnijose matyti, kad didžiąją dalį sudaro jaunesnis jaunimas (iki 14 metų) – 720 asmenų, tuo tarpu 14-19 metų jaunimo dalyvavimas yra gerokai mažesnis (113 asmenų), o vyresni nei 19 metų jauni žmonės į veiklas įsitraukia itin retai (3 asmenys). Ši tendencija signalizuoja, kad vyresnio amžiaus jaunimas kaimiškose teritorijose yra sunkiau pasiekiamas taikomomis darbo formomis, todėl aktualu ieškoti papildomų ar diferencijuotų įsitraukimo būdų/veiklos formatų, labiau atliepiančių vyresnių paauglių ir jaunų suaugusiųjų poreikius bei jų interesus.

1.4.5. Jaunimo organizacijos ir pilietinė veikla

Remiantis Jaunimo reikalų agentūros 2024 m. duomenimis apie savivaldybių skiriamą finansavimą jaunimo politikos įgyvendinimui, Kretingos rajone **nurodomos 4 su jaunimu dirbančios organizacijos ir 1 jaunimo organizacija**. Tuo tarpu Kretingos rajono savivaldybės viešai skelbiamoje informacijoje nurodytos **8 jaunimo ir su jaunimu dirbančios organizacijos**. Šis skirtumas rodo, kad Jaunimo reikalų agentūros naudojami duomenys nėra galutiniai ar išsamūs ir gali neatspindėti viso realiai veikiančių organizacijų lauko savivaldybėje.

Dėl skirtingų duomenų pateikimo, Kretingos rajono jaunimo organizacijų situacija negali būti tiksliai lyginama su kitomis panašaus dydžio savivaldybėmis pagal jaunų žmonių skaičių (pvz., Panevėžiu, Telšiais, Šilute ar Šiauliu raj.). Tai riboja galimybes objektyviai vertinti jaunimo organizacijų skaičių ir jų pasiskirstymą nacionaliniame kontekste, tačiau kartu išryškina poreikį stiprinti vietos lygmens duomenų rinkimą ir sisteminimą jaunimo politikos srityje nacionaliniu lygmeniu.

Nepaisant duomenų netolygumo, tyrimo rezultatai atskleidžia, kad jaunimo organizacijų matomumas ir įsitraukimas išlieka ribotas. Vėliau pristatomi tyrimo duomenys atskleidžia, kad didelė dalis jaunų žmonių jaunimo organizacijų nepažįsta, nėra jose dalyvavę arba neturi aiškaus supratimo apie jų veiklas ir įsitraukimo galimybes. Tai leidžia daryti prielaidą, kad pagrindinis iššūkis Kretingos rajone yra ne organizacijų skaičius, o jų veikimo prieinamumas jaunimo kasdienėje patirtyje.

5 lentelė. Jaunimo organizacijų ir su jaunimu dirbančių organizacijų situacija savivaldybėse jaunimo
skaičiaus kontekste

	14-29 m. amžiaus jaunų žmonių skaičius	Su jaunimu dirbančių organizacijų skaičius	Jaunimo organizacijų skaičius
Šalčininkų r. sav.	5 285	5	n.d.
Ukmergės r. sav.	5 335	2	3
Utenos r. sav.	5 505	5	2
Trakų r. sav.	5 628	13	2
Plungės r. sav.	5 689	4	7
Radviliškio r. sav.	5 816	n.d.	n.d.
Vilkaviškio r. sav.	5 866	20	2
Tauragės r. sav.	5 943	2	5
Panevėžio r. sav.	6 086	1	3
Kretingos r. sav.	6 303	4	1
Šiaulių r. sav.	6 344	1	3
Telšių r. sav.	6 411	4	4
Šilutės r. sav.	6 453	3	7
Jonavos r. sav.	7 305	4	6
Alytaus m. sav.	7 675	2	5
Kėdainių r. sav.	7 691	10	1
Mažeikių r. sav.	8 721	3	2
Marijampolės sav.	8 831	15	11

Šioje lentelėje pateikiami duomenys skirti palyginamajam kontekstui – jie leidžia matyti jaunimo (14-29 m.) skaičiaus ir jaunimo bei su jaunimu dirbančių organizacijų skaičiaus santykių skirtingose savivaldybėse. Šie duomenys nevertina organizacijų veiklos apimtį, aktyvumą, pasiekiamumą ar poveikio jaunimui ir turėtų būti interpretuojami kartu su kitais kokybiniais ir kontekstiniais rodikliais (bei įvertinus galimus netikslumus dėl nurodytų organizacijų skaičiaus).

Teigiamai vertintinas nuoseklus jaunimo organizacijų ir su jaunimu dirbančių organizacijų veiklų palaikymas savivaldybės biudžeto lėšomis. 2024 m. jaunimo ir su jaunimu dirbančių organizacijų projektams iš savivaldybės biudžeto skirta 11 920 Eur, o finansavimas pastaraisiais metais nuosekliai augo (nuo 10 000 Eur 2021-2022 m. iki 11 000 Eur 2023 m.).

Taip pat tęsiama **jaunimo vasaros užimtumo ir integracijos į darbo rinką programa**, kuriai 2024 m. skirta apie 13 000 Eur. Programos finansavimas užtikrina jos tęstinumą ir sudaro prielaidas nuosekliai veiklų plėtojimui, prisidedant prie jaunimo užimtumo ir pirmųjų darbo patirčių rajone stiprinimo.

Papildomą pilietinio įsitraukimo potencialą atskleidžia **savanorystės duomenys**. Dienos veiklos centro 2024 m. veiklos ataskaitos duomenimis, 2024 m. įstaigose savanoriavo **6 tarptautiniai savanoriai, 14 trumpalaikių nacionalinių savanorių, 15 trumpalaikių tarptautinių savanorių bei 3 nacionaliniai savanoriai, įgyvendinantys 6 mėnesių trukmės akredituotą savanorystės programą**. Šie skaičiai rodo, kad savanorystės praktikos rajone egzistuoja ir turi tarptautinį bei nacionalinį potencialą, tačiau tyrimo duomenys leidžia manyti, jog jos dar nėra tapusios plačiai atpažįstama ir natūralia jaunimo dalyvavimo forma visoms jaunimo grupėms.

Apibendrinant galima teigti, kad Kretingos rajone veikia jaunimo ir su jaunimu dirbančių organizacijų tinklas (nors ir ribotos apimtį), tačiau jaunimo pilietinio dalyvavimo plėtra šiuo metu labiau ribojama ne organizacijų skaičiaus, o jų matomumo, pasiekiamumo ir integracijos į jaunimo kasdienį gyvenimą trūkumų. Tai sudaro prielaidas stiprinti jaunimo politiką per esamų organizacijų veiklos matomumo, tarpinstitucinio bendradarbiavimo ir jaunimui suprantamų įsitraukimo kelių stiprinimą.

1.4.6. Pasiekimai ir pažanga

Kretingos rajono savivaldybė demonstruoja nuoseklią pažangą keliuose svarbiose jaunimo politikos srityse:

Darbo su jaunimu plėtra. 2024 m. atvirojo jaunimo centro lankytojų skaičius išaugo 35 proc. (nuo 5 740 iki 7 770 apsilankymų). Šis augimas rodo didėjančią jaunimo susidomėjimą ir paslaugų paklausą bei nuolatinį lankymąsi. Mobilaus darbo su jaunimu įgyvendinimas 5 rajono seniūnijose, pasiekiant 836 jaunus žmones, yra reikšmingas žingsnis užtikrinant jaunimo paslaugų prieinamumą kaimiškose teritorijose.

Jaunimo įgalinimo ir dalyvavimo sritis. Aukštas įvertinimas Jaunimo politikos įgyvendinimo apžvalgos ataskaitoje (2024 m.) – 4,35 balo, viršijantis nacionalinį vidurkį 0,9 balo, ir 5-10 vieta tarp savivaldybių – atspindi efektyvų Savivaldybės jaunimo reikalų tarybos (SJRT) darbą bei jaunimo įtraukimą į savivaldos procesus. Be to, 88,9 proc. rekomenduotų užduočių įgyvendinimas šioje srityje rodo nuoseklų ir sisteminių požiūrį ir tinkamą dėmesį numatytų priemonių įgyvendinimui.

Strateginis planavimas. 2025 m. Kretinga įgyvendina projektą „**Kretinga – Lietuvos jaunimo sostinė 2025 m.**“, kas suteikia papildomą impulsą jaunimo politikos plėtrai, matomumui ir tarpsektoriniam bendradarbiavimui. Savivaldybės 2026-2028 m. strateginiame veiklos plano projekte jaunimo politikai numatomos augančios investicijos ir aiškūs stebėsenos rodikliai, sudarantys prielaidas kryptingam politikos įgyvendinimui.

Tarptautiškumo dimensija. Tarptautinių ir nacionalinių savanorių priėmimas (iš viso 38 savanoriai 2024 m.) kuria tarpkultūrinę aplinką ir praturtina vietinį jaunimą tarptautine patirtimi.

Erasmus+ ir Europos solidarumo korpuso programų galimybių pristatymas prisideda prie jaunimo mobilumo skatinimo.

Duomenų rinkimas ir stebėseną. Šio tyrimo rėmuose autorių parengta Power BI stebėsenos švieslentė, integruojanti skirtingų šaltinių duomenis (ŠVIS, Užimtumo tarnyba, Valstybės duomenų agentūros, jaunimo reikalų koordinatoriaus ataskaitos ir kt.), yra reikšmingas žingsnis faktais ir žiniomis grįstos jaunimo politikos link. Šis įrankis sudaro prielaidas ne tik sistemingai stebėsenai ir vertinimui, bet ir ilgalaikių tendencijų analizavimui bei sprendimų priėmimui, pagrįstam duomenimis.

1.4.8. Problematika ir iššūkiai

STRUKTŪRINIAI IŠŠŪKIAI

Jaunimo mažėjimas ir migracija. Per pastaruosius penkerius metus Kretingos rajone jaunimo (14-29 m.) skaičius sumažėjo 7,1 proc. (nuo 6 788 iki 6 303). Ryškiausias mažėjimas fiksuojamas 19-29 metų amžiaus grupėje – 11,3 proc. Ši tendencija gali sukelti ilgalaikių iššūkių vietos darbo rinkai, bendruomenės atsinaujinimui ir jaunų žmonių įsitraukimui į vietos gyvenimą, ypač pereinamuoju laikotarpiu tarp mokyklos, studijų ir darbo rinkos.

Geografinė sklaida. Daugiau nei pusė jaunimo (52,88 proc.) gyvena kaimiškose teritorijose, kuriose jaunimo paslaugų, veiklų ir infrastruktūros prieinamumas yra labiau ribotas, o transporto galimybės – nevienodos. Nors mobilus darbas su jaunimu prisideda prie šių skirtumų mažinimo, teritorinė sklaida išlieka struktūriniu iššūkiu, reikalaujančiu nuoseklaus planavimo, tarpinstitucinio bendradarbiavimo ir lanksčių paslaugų teikimo formų, pritaikytų skirtingoms vietos bendruomenėms.

Specifinių poreikių turintis jaunimas. Kretingos rajone dalis jaunimo susiduria su papildomais socialiniais, švietimo ar integracijos iššūkiais. Apie 17 proc. mokinių turi negalią ar specialiųjų ugdymosi poreikių (iš viso 535 mokiniai). Taip pat rajone gyvena 98 ukrainiečių vaikai (7-17 m.), kuriems aktualūs integracijos, kalbinio palaikymo ir emocinės gerovės klausimai. Prie šios grupės prisideda ir NEET jaunimas, kurių situacija dažnai reikalauja individualizuoto, tarpsektorinio požiūrio. Šių jaunimo grupių įtrauktis reikalauja ne tik paslaugų prieinamumo, bet ir jų pritaikymo pagal skirtingus poreikius, užtikrinant ankstyvą atpažinimą, koordinuotą pagalbą ir nuoseklų palydėjimą.

SISTEMINIAI TRŪKUMAI

Duomenimis ir įrodymais grįstos jaunimo politikos plėtros ribotumai. Jaunimo politikos administravimo srityje fiksuotas žemesnis įvertinimas (0,5 balo) rodo ne paslaugų ar iniciatyvų trūkumą, o ribotą jų sisteminių sujungimą į nuoseklią, duomenimis grįstą politikos formavimo praktiką. Kaip ir daugelyje Lietuvos savivaldybių, stokojama reguliaraus, periodiškai atnaujinamo jaunimo situacijos vertinimo bei sistemingo politikos poveikio stebėjimo.

Fragmentuota duomenų ir informacijos sistema. Nors savivaldybei šiuo metu pasiūlyti žingsniai kuriant integruotą duomenų stebėseną (pvz., Power BI švieslentė), dalis jaunimo politikai reikšmingų rodiklių kol kas nėra nuosekliai integruoti į bendrą sistemą. Tai apima savanorystės apimtis, jaunimo atstovavimo struktūrų (pvz., SJRT) veiklos rodiklius, taip pat kasdienio jaunimo darbo duomenis, kuriuos būtų galima rinkti pasitelkiant skaitmeninius įrankius (pvz., jaunimo darbuotojų veiklos žurnalus ar kontaktų registravimo sistemas). Ši situacija riboja galimybes matyti ilgalaikes jaunimo dalyvavimo ir paslaugų naudojimo tendencijas; palyginti skirtingų teritorijų ar priemonių poveikį bei pagrįsti sprendimus realiais naudojimosi duomenimis, o ne tik ataskaitiniais rodikliais.

STRATEGINĖS KRYPTYS IR PLANUOJAMOS INVESTICIJOS (2026-2028 M.)

Kretingos rajono savivaldybės 2026-2028 m. strateginiame veiklos plano projekte jaunimo politikai numatytos konkrečios priemonės bei su jomis susijęs finansavimas. Plane numatyta ne tik tęsti jau veikiančias jaunimo politikos priemones, bet ir didinti jų finansavimą, stiprinant paslaugų prieinamumą, veiklų kokybę ir jaunimo įsitraukimo galimybes visame rajone.

FINANSINĖS INVESTICIJOS Į JAUNIMO POLITIKĄ

Strateginiame veiklos plane numatyta laipsniška ir nuosekli investicijų į jaunimo politiką augimo tendencija:

6 lentelė. Jaunimo politikos priemonių įgyvendinimui numatytos lėšos

Programa	2026 m.	2027 m.	2028 m.
Jaunimo politikos programos įgyvendinimas	35000,00	40000,00	45000,00
Jaunimo projektų finansavimas	14000,00	15000,00	16000,00
Jaunimo vasaros užimtumo ir integracijos į darbo rinką programa	15000,00	16000,00	17000,00
Jaunimo savanoriškos tarnybos įgyvendinimas	5000,00	6000,00	7000,00
Bendra suma:	69 000,00	77 000,00	85 000,00

Per 2026-2028 m. laikotarpį planuojamos tiesioginės investicijos į jaunimo politiką didės nuo 69 000 Eur iki 85 000 Eur., t.y. apie 23 proc. finansavimo augimą. Ši dinamika rodo savivaldybės siekį sistemingai stiprinti jaunimo politikos priemones ir jų poveikį.

7 lentelė. Strateginio veiklos plano 2026-2028 Jaunimo politikos priemonės

Pagrindinės priemonės			
Jaunimo politikos programos įgyvendinimas	Jaunimo ir su jaunimu dirbančių organizacijų projektų finansavimas	Jaunimo vasaros užimtumo ir integracijos į darbo rinką programa	Jaunimo savanoriškos tarnybos įgyvendinimas
Atvirojo jaunimo centro ir atvirų jaunimo erdvių veiklos finansavimas, jaunimo ir su jaunimu dirbančių specialistų mokymai, renginiai, Savivaldybės jaunimo reikalų tarybos (SJRT) veiklos organizavimas bei projekto „Kretinga – Lietuvos jaunimo sostinė 2025 m.“ veiklų tęstinumo užtikrinimas.	Lėšos skirtos jaunimo ir su jaunimu dirbančių organizacijų projektinėms veikloms finansuoti, numatomos finansuoti jaunimo iniciatyvų, jaunimo organizacijų plėtojimo, jaunimo įtraukimo, kaimo bendruomenių jaunimo iniciatyvų, jaunų šeimų aktyvinimo, sveikos gyvensenos, jaunimo verslumo ir antikorupcijos prevencinės veiklos projektai.	Programa užtikrina nuoseklų jaunimo įdarbinimą vasaros laikotarpiu, sudarydama galimybes jauniems žmonėms įgyti pirmąją darbo patirtį, stiprinti darbo įgūdžius ir didinti motyvaciją integruotis į darbo rinką. Kasmet planuojama įdarbinti vis didesnę jaunimo skaičių, kartu didinant ir finansavimą programai.	Didėjantis finansavimas leidžia plėsti savanorystės apimtį, įtraukti daugiau jaunų žmonių į savanorišką veiklą ir stiprinti savanorystės kultūrą rajone.

Numatytos 2026-2028 m. investicijos rodo kryptingą ir nuoseklų Kretingos rajono savivaldybės požiūrį į jaunimo politikos stiprinimą. Finansavimo augimas orientuotas ne tik į naujų iniciatyvų plėtrą, bet ir į jau veikiančių priemonių tvarumą, kokybę bei jų realų poveikį jaunimo situacijai. Tai sudaro palankias prielaidas toliau plėtoti prieinamą, įtraukią ir faktais grįstą jaunimo politiką rajone.

II SKYRIUS. TYRIMO METODOLOGINIAI PAGRINDAI

2.1. Tyrimo organizavimas ir metodika

Kretingos rajono jaunimo situacijos tyrimas ir jaunimo politikos vertinimas buvo organizuotas taikant mišrią tyrimo metodologiją, derinant kiekybinius ir kokybinius tyrimo metodus. Toks metodų derinimas leido kompleksiskai analizuoti jaunimo situaciją Kretingos rajone, jaunų žmonių poreikius bei egzistuojančių priemonių ir veiklų efektyvumą. Empirinėje dalyje remtasi „Metodika, reikalinga jaunimo problematikos tyrimams savivaldybėse atlikti“ (2010 m.), kuri apibrėžia rekomenduojamas tiriamąsias sritis, duomenų rinkimo principus ir tyrimo instrumentų struktūrą.

Vienas iš taikytų metodų – **dokumentų ir teisės aktų analizė**, leidusi įvertinti jaunimo politikos reglamentavimą ir strategines kryptis nacionaliniu, Europos Sąjungos ir savivaldybės lygmenimis. Analizuoti nacionaliniai ir tarptautiniai politiniai, strateginiai ir programiniai dokumentai: Lietuvos Respublikos jaunimo politikos pagrindų įstatymas, Nacionalinės jaunimo politikos 2023-2027 metų veiksmų planas, Jaunimo reikalų agentūros veiklos planas, Europos Sąjungos jaunimo strategija, Europos jaunimo tikslai, Europos Tarybos jaunimo sektoriaus strategija iki 2030 metų bei Jungtinių Tautų jaunimo strategija. Šių dokumentų analizė sudarė pagrindą vertinti jaunimo politikos prioritetus, principus ir įgyvendinimo kryptis bei jų sąsajas su savivaldos lygmens jaunimo politikos praktika.

Dokumentų analizė papildyta **turinio analizės metodu**, kuris taikytas analizuojant strateginių dokumentų, veiklos ataskaitų, rekomendacijų ir gerųjų praktikų aprašymų turinį. Turinio analizė leido išskirti pagrindines temines kryptis, pasikartojančius prioritetus, akcentuojamas problemas bei sprendimo būdus jaunimo politikos, darbo su jaunimu, savanorystės, emocinės sveikatos, jaunimo dalyvavimo ir kitose srityse. Šis metodas taip pat buvo naudojamas apžvelgiant Europos ir Lietuvos savivaldybių gerąsias praktikas, kurios pateiktos kaip galimos gairės ir sprendiniai ateities jaunimo politikos plėtrai Kretingos rajone.

Tyrimė taip pat taikytas **antrinių duomenų analizės metodas**, naudojant viešai prieinamus statistinius duomenis. Analizuoti Švietimo valdymo informacinės sistemos (ŠVIS), Lietuvos Respublikos užimtumo tarnybos, Statistikos departamento, Jaunimo reikalų agentūros ataskaitų bei Kretingos rajono savivaldybės ataskaitų duomenys. Šių duomenų analizė leido geriau išryškinti jaunimo demografines tendencijas, užimtumo ir švietimo kontekstą, savivaldybės finansinius ir žmogiškuosius išteklius jaunimo politikos įgyvendinimui ir kt.

Viena esminių tyrimo dalių – **kiekybinė jaunimo apklausa**, kurios tikslas – atskleisti jaunų žmonių patirtis, nuostatas ir subjektyvų situacijos vertinimą. Apklausos rezultatai detalčiau aptariami kituose šio dokumento skyriuose.

Atsižvelgiant į „Metodikos, reikalingos jaunimo problematikos tyrimams savivaldybėse atlikti“ (2010 m.) nuostatas, parengtas struktūruotas klausimynas, apimantis keturias pagrindines jaunimo situacijos sritis:

- laisvalaikio veiklas ir užimtumą,
- jaunimo dalyvavimą ir pilietinį įsitraukimą,
- psichologinę sveikatą ir emocinę savijautą,
- psichoaktyvių medžiagų vartojimo bei priklausomybių rizikas.

Klausimyno struktūra atitiko metodikoje numatytų skalių logiką, tačiau buvo adaptuota atsižvelgiant į pakitusias jaunimo gyvenimo ir elgsenos tendencijas. Į klausimyną papildomai įtraukti klausimai, susiję su mobiliu darbu su jaunimu, socialinių tinklų naudojimu, dirbtinio intelekto įrankių pasitelkimu, taip pat su pasikeitusiu psichoaktyvių medžiagų vartojimo kontekstu, pavyzdžiui, elektroninių cigarečių paplitimu. Tokiu būdu buvo siekiama išlaikyti

pagrindinių sričių matavimą ir kartu užtikrinti tyrimo aktualumą šiuolaikiniame jaunimo gyvenimo kontekste.

Papildomai tyrimo metu buvo taikomi **dalyvaujamojo stebėjimo ir neformalios edukacijos elementai**. Organizuojamo jaunimo renginio metu jaunimo žinios ir požiūriai į savanorystę buvo renkami pasitelkiant interaktyvią „Kahoot“ platformą. Šis metodas pasitelktas ne kaip pagrindinis duomenų rinkimo instrumentas, bet kaip papildoma priemonė jaunimo grįžtamajam ryšiui gauti. Tokia praktika leido geriau suprasti jaunimo reakcijas, susidomėjimą ir žinių lygį savanorystės temoje.

Rengiant tyrimą taip pat buvo pasitelkta **gerųjų praktikų analizė**, apžvelgiant ir pristatant Europos bei Lietuvos savivaldybių patirtis jaunimo dalyvavimo, savanorystės, emocinės sveikatos stiprinimo ir prevencinių modelių/praktikų srityse. Tai leido identifikuoti galimas priemones ir sprendimus, kurios galėtų būti pritaikomos Kretingos rajono savivaldybės kontekste.

Taikytų metodų derinys sudarė galimybes išsamiai įvertinti jaunimo situaciją Kretingos rajone, jaunimo politikos įgyvendinimą ir taikomas priemones. Skirtingų duomenų šaltinių ir tyrimo būdų taikymas padėjo geriau suprasti jaunimo poreikius ir esamą situaciją, įvertinti jaunimo politikos įgyvendinimo kontekstą bei suteikė pagrindą pagrįstoms tyrimo išvadoms ir rekomendacijoms.

2.2. Tyrimo imtis ir dalyviai

Tyrimo dalyvavo 135 jauni žmonės, kurių amžius – nuo 14 iki 19 metų. Apklausa skirta Kretingos rajone gyvenantiems ar besimokantiems jauniems žmonėms ir vykdyta taikant atviros, savanoriškos dalyvių atrankos principą, orientuotą į tikslinę amžiaus grupę. Respondentų dalyvavimas buvo savanoriškas, apklausa anoniminė, užtikrinant duomenų konfidencialumą ir asmens privatumo apsaugą.

Tyrimas buvo atliktas 2025 m. lapkričio mėn. ir apėmė Kretingos rajono mokyklose besimokančių jaunimą. Dalyvavusių respondentų skaičius sudarė apie 6,8 proc. visos 14-19 metų moksleivių populiacijos rajone (N=2000). Apklausoje galėjo dalyvauti visi šią amžiaus grupę atitinkantys jauni žmonės, todėl buvo sudarytos sąlygos surinkti įvairias jaunimo patirtis ir nuomones bei išvelgti pagrindines jaunimo situacijos tendencijas Kretingos rajone.

Tyrimo tikslas buvo identifikuoti pagrindines jaunimo situacijos tendencijas, problemas ir poreikius Kretingos rajone, o ne pateikti tiksliai statistines projekcijas visai jaunimo populiacijai. Surinkti duomenys leidžia atskleisti jaunų žmonių požiūrius, nuostatas ir patirtis bei išskirti prioritėtines sritis, kurioms reikalingas didesnis dėmesys jaunimo politikos ir darbo su jaunimu kontekste.

Tyrimas atitinka Jaunimo reikalų agentūros taikomą metodiką mažos apimties jaunimo problematikos tyrimams savivaldybėse ir yra laikomas tinkamu jaunimo situacijos analizei bei jaunimo politikos planavimui savivaldybės lygmeniu.

Surinkti duomenys buvo naudojami apibendrintai analizei, siekiant identifikuoti aktualias jaunimo situacijos problemas, poreikius ir kryptis, svarbias tolesniam jaunimo politikos ir darbo su jaunimu plėtojimui.

2.3. Duomenų rinkimo procesas

Apklausa buvo platinama keliais skirtingais informacijos kanalais, norint pasiekti platesnį Kretingos rajono jaunimo ratą. Apklauskos nuoroda individualiais kontaktiniais kanalais buvo perduota mokytojams, prašant ją perduoti mokiniams. Taip pat mokyklų bendraisiais elektroninio pašto adresais buvo išsiųstas kreipimasis į ugdymo įstaigų administracijas, prašant platinti apklausą ir įtraukti mokinius į tyrimą.

Duomenų rinkimo procese buvo bendradarbiaujama su Kretingos rajono jaunimo reikalų koordinatorė, kuri apklauskos nuorodą perdavė jaunimo organizacijoms ir su jaunimu dirbantiems

specialistams. Papildomai apklausa buvo viešinta Kretingos rajono savivaldybės „Facebook“ paskyroje, siekiant pasiekti jaunas žmones, nedalyvaujančius organizuotoje veikloje ar formaliose jaunimo struktūrose.

Duomenų rinkimui buvo naudojama „SurveyMonkey“ platforma, kuri leido fiksuoti ir dalinai užpildytas anketas. Tai sudarė sąlygas analizuoti atskirų teminių sričių rezultatus pagal faktinį atsakiusių respondentų skaičių ir įvertinti skirtingų klausimų atsakymų aprėptį. Apklausos vykdymo laikotarpis truko vieną mėnesį.

Papildomai duomenų rinkimo proceso metu buvo taikyti neformalūs jaunimo įtraukimo elementai. Organizuojamo renginio metu jaunimo informuotumas savanorystės tema buvo plečiamas pasitelkiant interaktyvią „Kahoot“ platformą. Ši priemonė buvo naudojama kaip papildomas dalyvaujamas metodas, skirtas jaunimo įtraukimui ir grįžtamajam ryšiui gauti, tačiau jis nėra pagrindinis tyrimo duomenų šaltinis.

2.4. Apklausos struktūra ir atsakymų netolygumas

Nors visos keturios tyrimo sritys buvo prieinamos visiems respondentams, atsakymų skaičius atskirose srityse šiek tiek skyrėsi. Toks atsakymų pasiskirstymo netolygumas yra būdingas ilgesnėms, kelių teminių blokų apklausoms ir laikomas įprastu jaunimo tyrimų praktikoje.

Atsakymų netolygumą lėmė keletas veiksnių. Nors klausimynas buvo sutrumpintas, jis išliko pakankamai didelės apimties ir reikalavo respondentų dėmesio bei koncentracijos. Taip pat skirtingos tyrimo sritys pasižymėjo nevienoda vidine apimtimi – nuo keliolikos iki kelių dešimčių teiginių, todėl natūraliai skyrėsi ir jų užpildymo lygis. Dalis respondentų apklausą pildė dalimis arba pasirinko atsakyti ne į visas temines sritys.

Dėl šių priežasčių galutiniai imties dydžiai atskirose tyrimo srityse yra mažesni nei bendras apklausos dalyvių skaičius (N=135). Kiekvienos srities analizė buvo atliekama remiantis faktiniu tos srities atsakiusių respondentų skaičiumi, o rezultatų interpretacijos pateikiamos atsižvelgiant į dalyvavimo proporcijas.

Analitiniu požiūriu svarbu paminėti, kad visose tyrimo srityse buvo surinkta pakankamai duomenų pagrindinėms jaunimo situacijos tendencijoms analizuoti. Atsakymų skaičiaus skirtumai tarp sričių nėra laikomi metodine klaida, o vertinami kaip natūralus apklausos struktūros ir jos apimties rezultatas.

2.5. Etiniai ir duomenų apsaugos aspektai

Klausimyno pradžioje respondentai buvo supažindinti su apklausos tikslais, dalyvavimo savanoriškumo principu, anonimiškumo užtikrinimu ir duomenų naudojimu tik tyrimo tikslais. Respondentams buvo aiškiai įvardinta, kad dalyvavimas apklausoje yra savanoriškas ir kad jie gali bet kuriuo metu nutraukti apklausos pildymą.

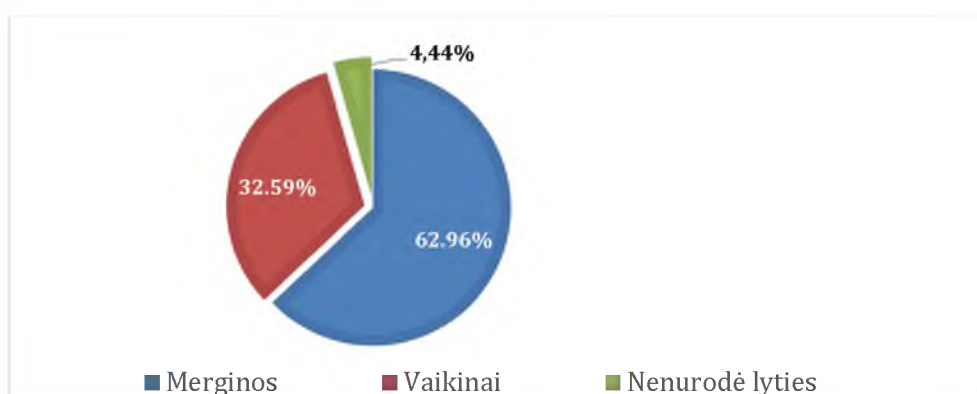
Apklausos metu nebuvo renkami jokie asmens duomenys ar informacija, leidžianti identifikuoti atskirus respondentes. Analizuoti ir pateikti tik apibendrinti duomenys, užtikrinant respondentų privatumą ir konfidencialumą.

Tyrimą vykdė tyrėjų grupė, bendradarbiaudama su VšĮ „Amicus Certus“, Kretingos rajono savivaldybės jaunimo reikalų koordinatore ir iniciatyva „Kretinga – Lietuvos jaunimo sostinė 2025“, laikantis etikos, skaidrumo ir atsakingo duomenų naudojimo principų.

III SKYRIUS. JAUNIMO SITUACIJOS KRETINGOS RAJONE TYRIMO REZULTATAI

3.1. Apklauso dalyviai: tyrimo imties apžvalga

Tyrimo dalyvavo 135 jauni žmonės iš Kretingos miesto ir rajono seniūnijų. Apklauso dalyvių demografinės charakteristikos atspindi skirtingų amžiaus, lyčių ir gyvenamosios vietos grupių įvairovę, kuri sudaro prielaidas analizuoti jaunimo patirtis ir poreikius tyrimo apimtyje.



2 pav. Apklauso dalyvių pasiskirstymas pagal lytį (N = 135)

Tyrimo dominuoja merginų dalyvavimas – iš 135 respondentų, **62,96 % (N = 85)** sudarė merginos, **32,59 % (N = 44)** – vaikinai, o **4,44 % (N = 6)** jaunų žmonių pasirinko nurodyti lyties. Toks pasiskirstymas atitinka daugeliui jaunimo tyrimų būdingą tendenciją, kai merginos aktyviau įsitraukia į apklauso ir dažniau reflektuoja savo socialines, emocines ir kasdienio gyvenimo patirtis. Dėl to tyrimo duomenyse labiau atspindi merginų perspektyvos.

Mažesnis vaikinų dalyvavimas (trečdalis visos imties) yra svarbus analitinis aspektas, į kurį atsižvelgiama interpretuojant tyrimo rezultatus. Tai leidžia kelti prielaidą, kad kai kurios vaikinų patirtys – ypač susijusios su emocine savijauta, motyvacija, socialiniu įsitraukimu ar rizikingu elgesiu – gali būti mažiau matomos, nei yra realybėje. Šis aspektas taip pat išryškina poreikį ieškoti papildomų komunikacijos ir įtraukimo formų, siekiant geriau pasiekti berniukus ir vaikus tiek tyrimuose, tiek jaunimo paslaugų sistemoje.

Amžius

Tyrimo dalyvių amžiaus struktūra rodo dominuojančią **14-17 metų** jaunimo respondentų grupę, kuri sudaro **daugiau kaip tris ketvirtadalius** visų apklauso dalyvių. Didžiausia dalis respondentų yra **14 metų** mokiniai (25,19 %), po jų – 16 metų (20,74 %) ir 17 metų (17,04 %). Ši struktūra atskleidžia, kad tyrime labiausiai atsispindi pagrindinių ir vidurinių klasių mokinių patirtys, kurioms būdingos specifinės socialinės, emocinės ir dalyvavimo tendencijos.

Vyresniųjų jaunimo grupių dalis yra mažesnė, todėl jų patirtys – susijusios su perėjimu į suaugystę, savarankiškumo didėjimu ir karjeros pasirinkimais – tyrime atsiskleidžia silpniau. Vyresniųjų jaunimo grupių dalyje 18-mečiai sudaro 14,07 %, o 19-mečiai – 6,67 %. Dėl šios priežasties rezultatai labiau atspindi jaunesniojo jaunimo segmento situaciją.

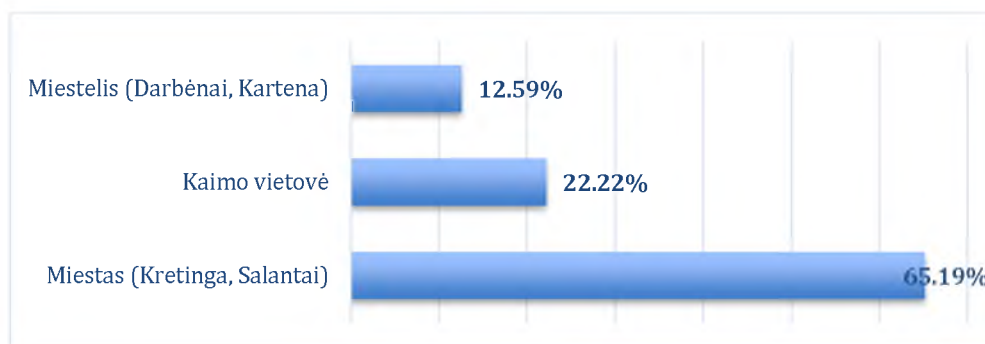
8 lentelė. Apklauso dalyvių pasiskirstymas pagal amžių (N = 135)

Amžius	14 m.	15 m.	16 m.	17 m.	18 m.	19 m.
Kiekis (N)	34	22	28	23	19	9
%	25,19	16,30	20,74	17,04	14,07	6,67

Bendras respondentų amžiaus vidurkis – **15,9 metų**, todėl tyrimo duomenys daugiausia atspindi **paauglystės tarpsnio** situaciją, kurioje ypač svarbūs socialiniai ryšiai, emocinė savijauta, santykiai su bendraamžiais ir mokyklos aplinka. Tai lemia, kad analizės išvadose labiau išryškėja šiai amžiaus grupei būdingi poreikiai ir rizikos.

Gyvenamoji vieta

Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietovę atskleidžia aiškų centro ir periferijos disproporcijos modelį. Iš 135 apklaustųjų **65,19 %** (N = 88) nurodė gyvenantys Kretingoje ar Salantuose, kur jaunimui skirtų paslaugų ir veiklų infrastruktūra yra labiau išplėtotą. Dėl to būtent miesto jaunimo patirtys ir vertinimai tyrime atsiskleidžia ryškiausiai.



3 pav. Apklausos dalyvių pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą (N = 135)

Kaip matyti **3** paveiksle, didžioji dalis apklausos dalyvių gyvena miesto teritorijose, tačiau reikšminga dalis respondentų atstovauja ir kaimo bei miestelių jaunimą.

Kaimo vietovėse gyvenantis jaunimas sudaro **22,22 %** (N = 30) visų apklaustųjų. Jų patirtys dažniau susijusios su didesniais atstumais iki paslaugų teikimo vietų, ribotesnėmis vietinėmis veiklų galimybėmis ir sudėtingesne informacijos sklaida. Šie veiksniai gali turėti įtakos jaunimo paslaugų prieinamumui ir įsitraukimo galimybėms.

Miesteliuose (Darbėnuose ir Kartenose) gyvenantis jaunimas sudaro **12,59 %** (N = 17) apklaustųjų. Šios grupės situacija pasižymi tarpine padėtimi tarp miesto ir kaimo: paslaugos dažnai geografiškai „per toli“, o vietoje esanti jaunimo „kritinė masė“ per maža, kad galėtų nuosekliai formuoti gyvybingą veiklų ir iniciatyvų ekosistema. Tai leidžia daryti prielaidą, kad jaunimo įtrauktį skirtingose rajono teritorijose reikšmingai veikia ne tik asmeninė motyvacija, bet ir **infrastruktūriniai ir logistiniai apribojimai, formuojantys nevienodas startines galimybes skirtingose rajono teritorijose.**

Atsižvelgiant į tai, tyrimo rezultatai labiau atspindi miesto jaunimo patirtis, tačiau kartu išryškina teritorinius skirtumus, į kuriuos svarbu atsižvelgti planuojant jaunimo politikos ir darbo su jaunimu priemones Kretingos rajone.

Apklausos dalyvių struktūra rodo kelias aiškias tendencijas, svarbias tolesnei jaunimo situacijos analizei:

- Tyrime ryškus **merginų dominavimas** (63 %), kuris yra būdingas daugeliui jaunimo dalyvavimo ir savanorystės tematikos tyrimų.
- Akivaizdžiai dominuoja **14-17 metų amžiaus** jaunimo grupė, kuri sudaro didžiausią apklausos dalyvių dalį ir tampa svarbiu segmentu planuojant jaunimo užimtumo, įsitraukimo ir prevencines priemones.
- **Teritorinis pasiskirstymas** rodo, kad reikšminga dalis jaunimo gyvena ne didžiuosiuose rajono centruose, todėl jaunimo paslaugų prieinamumo, informacijos sklaidos ir įsitraukimo galimybės skirtingose teritorijose gali reikšmingai skirtis.

Šios struktūrinės imties charakteristikos sudaro pagrindą tolesnei analizei, leidžiančiai vertinti jaunimo laisvalaikio, dalyvavimo, emocinės savijautos ir rizikų tendencijas, atsižvelgiant į skirtingas jaunų žmonių patirtis ir gyvenimo kontekstus.

3.2. Laisvalaikis ir užimtumas: ką jauni žmonės veikia po pamokų

3.2.1. Jaunimo užimtumo ir laisvalaikio veiklų dinamika

Kretingos rajono jaunimo laisvalaikio struktūra iš pirmo žvilgsnio atrodo **aktyvi ir socialiai intensyvi**. Vis dėl to, tyrimo duomenys rodo, kad šis aktyvumas pasiskirsto nevienodai ir formuoja aiškius jaunimo grupių atotrūkius tarp tų, kurie turi gausias, įvairesnes veiklų patirtis, ir tų, kurių laisvalaikis remiasi siauresniu, dažnai skaitmeniniu ar pasyvesnių veiklų pasirinkimu. Didžioji dalis (79,12 %) tyrime dalyvavusio jaunimo laisvalaikį leidžia su draugais, o 70,33 % reguliariai lankosi renginiuose, kavinėse ar kitose viešose erdvėse. Remiantis šiais duomenimis galima daryti prielaidą, kad jaunimo kasdienybė pirmiausia grindžiama bendravimu, bendromis veiklomis ir emociniu ryšiu su bendraamžiais, kuris tampa svarbiausia laisvalaikio ašimi.

Svarbi laisvalaikio dalis respondentams yra ir muzika: 81,32 % jaunų žmonių dažnai klausosi muzikos ar ją kuria, todėl būtent muzika tampa nuolat prieinamu, mažai išteklių reikalaujančiu ir neformalią saviraišką leidžiančiu laisvalaikio elementu.

9 lentelė. Jaunimo pasiskirstymas pagal laisvalaikio leidimo formas ir veiklų dažnumą (proc.)

	Labai dažnai (kelis kartus per savaitę)	Dažnai (kelis kartus per mėn.)	Kartais (kelis kartus per metus)	Retai arba niekada, bet norėčiau dažniau	Retai arba niekada, bet ir nenorėčiau
Sportuoju (sportas, šokiai, fizinis aktyvumas)	52.75%	14.29%	15.38%	12.09%	5.49%
Skaitau knygas, žurnalus ar turinį internete savo malonumui	28.57%	27.47%	18.68%	7.69%	17.58%
Naudojuosi kompiuteriu, žaidžiu žaidimus ar kuriu skaitmeninį turinį	42.86%	29.67%	17.58%	1.10%	8.79%
Leidžiu laiką su draugais (gyvai ar internete)	52.75%	26.37%	15.38%	3.30%	2.20%
Lankausi kavinėse, parduotuvėse, renginiuose ar koncertuose	30.77%	39.56%	20.88%	5.49%	3.30%
Padedu namuose ar atlieku kitus naudingus darbus	51.65%	29.67%	15.38%	1.10%	2.20%
Turiu hobį (pvz., piešimas, fotografija, kūryba, žvejyba)	41.76%	26.37%	19.78%	4.40%	7.69%
Lankau būrelius ar neformaliojo ugdymo veiklas (pvz., sporto, meno, debatų, kalbų klubus)	46.15%	10.99%	17.58%	7.69%	17.58%
Dalyvauju jaunimo organizacijų, savanorystės ar visuomeninėse veiklose	12.09%	24.18%	24.18%	21.98%	17.58%
Dirbu už atlygį (pvz., vasarą ar po pamokų)	17.58%	15.38%	19.78%	35.16%	12.09%
Dalyvauju renginiuose ar mokymuose, skirtuose jaunimui (pvz., lyderystės, karjeros, emocinio raštingumo)	12.09%	12.09%	32.97%	21.98%	20.88%
Klausausi muzikos ar pats (-i) kuriu muziką	63.74%	17.58%	10.99%	1.10%	6.59%

Kartu su aktyvia dauguma aiškiai matomos ir kontrastuojančios jaunimo grupės. Ketvirtadalis tyrime dalyvavusio jaunimo (25,27 %) retai arba niekada neskaito nei knygų, nei žurnalų, nei

internete prieinamo nemokamo edukacinio turinio savo malonumui. Šis rodiklis svarbus ne dėl paties skaitymo dažnumo, bet dėl skirtingo informacinio lauko, kuriame gyvena dažniau ir rečiau skaitantys jauni žmonės: vieniems kasdienį gyvenimą papildo įvairusis turinys ir daugiau progų apmąstyti skirtingas nuomones, kiti lieka siauresniame turinio burbule, kurį dažniausiai formuoja draugai ir socialiniai tinklai. Panaši situacija fiksuojama ir fizinio aktyvumo srityje: nors 67,04 % jaunimo dažnai arba labai dažnai sportuoja, apie 17,58 % tai daro retai arba niekada. Ši grupė, panašiai kaip mažiau skaitantieji, žymi potencialiai didesnės rizikos zoną, kurioje fizinio pasyvumo, siauresnio laisvalaikio pasirinkimų spektro ir dažno laiko leidimo prie ekranų derinys gali turėti neigiamą poveikį tiek emocinei savijautai, tiek bendram jaunimo užimtumo balansui.

Skaitmeninės veiklos jaunimo kasdienybėje užima itin reikšmingą vietą: 72,53 % respondentų nurodo dažnai ar labai dažnai žaidžiantys kompiuterinius žaidimus, naudojantys kompiuterį ar kuriantys skaitmeninį turinį, tik 9,89 % tuo užsiima retai. Tai rodo ne tik technologinių įpročių įsitvirtinimą, bet ir tai, kad skaitmeninis laisvalaikis tampa struktūrine jaunimo kasdienybės dalimi, konkuruojančia su kitomis veiklomis. Tai lemia ir laiko paskirstymo dinamiką – kuomet didesnė dalis laiko praleidžiama internete, tuo mažiau lieka galimybių dalyvauti fizinėse, bendruomeninėse ar ugdančiose veiklose, o kai kurios jaunimo grupės, ypač mažiau sportuojančios ar mažiau įsitraukiančios į kitas laisvalaikio veiklas, gali tapti labiau priklausomos nuo skaitmeninės aplinkos tiek kaip pramogos, tiek kaip emocinės savireguliacijos priemonės.

Dar vienas laisvalaikio sistemos aspektas – neformalus ugdymas – išryškina jaunimo pasiskirstymo nelygumus. Neformaliojo ugdymo veiklose dalyvauja daugiau nei pusė apklaustųjų – 57,14 % būrelius lanko dažnai arba labai dažnai, dar 17,58 % – kartais. Tačiau ketvirtadalis jaunimo (25,27 %) tokiose veiklose dalyvauja retai arba visai nedalyvauja. Nors bendras neformaliojo ugdymo dalyvių skaičius Kretingos rajone yra didelis (3121 dalyvis, apimantis platesnę amžiaus grupę nei 14-18 metų), apklausos duomenys leidžia daryti prielaidą, kad vyresni paaugliai į tokias veiklas įsitraukia rečiau nei jaunesni mokiniai. Retesni vyresnių moksleivių įsitraukimą į neformaliojo ugdymo veiklas gali lemti egzistuojanti šių veiklų pasiūla, kuri mažiau atliepia vyresnio amžiaus jaunimo poreikius ir interesus (laiko, veiklų tematikos, vykdymo formos).

Jaunimas teigiamai vertina tas veiklas, kurias laiko prasmingomis: 65-76 % respondentų sutinka, kad būreliai padeda tobulėti, atrasti pomėgius ir turiningai leisti laiką. Tai leidžia daryti išvadą, kad pagrindinė problema nėra veiklų kokybė, bet jų pasiekiamumas ir atitikimas skirtingų jaunimo grupių poreikiams. Tuo tarpu pilietinio aktyvumo, savanorystės ar visuomeninės veiklos jaunimo kasdienybėje užima mažesnę vietą – 36-40 % jaunų žmonių tokiose veiklose dalyvauja retai arba nedalyvauja visai. Tai rodo struktūrinę polinkį rinktis individualias ar pramogines veiklas ir vengti iniciatyvų, kuriose reikia nuoseklumo, atsakomybės ar ilgalaikio įsipareigojimo.

Apibendrinant galima teigti, kad jaunimo laisvalaikis Kretingos rajone formuojasi kaip kelių sluoksnių sistema, kurioje aiškiai matyti intensyvus, socialiai aktyvus branduolys ir lygiagrečiai egzistuojančios atotrūkio grupės – mažiau sportuojantys, rečiau skaitantys ir mažiau į struktūruotas veiklas įsitraukiantis jaunimas. Šis pasiskirstymas rodo ne jaunimo nenorą dalyvauti veiklose, o tai, kad dabartinė laisvalaikio struktūra nėra vienodai pasiekama ir pritaikyta visoms jaunimo grupėms. Būtent todėl savivaldybei priimant sprendimus dėl jaunimo aktyvumo skatinimo priemonių ir jų finansavimo svarbu vertinti ne tik pačių veiklų pasiūlą, bet ir jų prieinamumą – nuo informacijos sklaidos iki laiko, vietos ir socialinio saugumo – kurie lemia, ar jaunimas realiai gali dalyvauti jiems skirtose veiklose.

3.2.2. Laisvalaikio veiklų prieinamumo logika: kas riboja dalyvavimą ir formuoja jaunimo pasirinkimus

Jaunimo dalyvavimą laisvalaikio veiklose riboja ne vienas veiksnys, o jų visuma – laiko trūkumas, informacijos stoka ir fragmentiškumas, atstumas iki veiklų vietų, socialiniai aspektai ir

veiklų patrauklumas. Jauni žmonės dažniau renkasi tas veiklas, į kurias lengva įsitraukti, kurios yra aiškiai pristatytos ir kuriose jie jaučiasi patogiai. Tyrimo duomenys rodo, kad ryškiausias barjeras yra **laiko stoka** – 55,93 % respondentų nurodo, kad dėl mokslų ar darbo nespėja dalyvauti veiklose. Šis rodiklis ypač svarbus, nes jis remiasi ne subjektyvia nuostata „nenoriu“, o struktūriniu apribojimu – mokiniai jau dabar balansuoja intensyviame gyvenimo ritme ir bet kuri veikla turi „konkuruoti“ su mokyklos, namų darbų, darbų ir skaitmeninių pramogų laiku. Todėl veiklos, kurios vyksta nepatogiu metu arba reikalauja ilgesnio atvykimo laiko, automatiškai tampa mažiau pasiekiamos net ir motyvuotam jaunimui.

Ne mažiau svarbi ir **informacijos prieinamumo** problema. Daugiau nei pusė jaunimo **52 %** jaunimo mano, kad apie veiklas trūksta informacijos, o dar 21,33 % šiuo klausimu liko neutralūs, kas rodo informacinės sklaidos spragas. Maždaug trečdalis jaunų žmonių (32,16 %) nesutinka, kad žino, kur ir kada vyksta veiklos, todėl galimybių žinojimas tampa priklausomu nuo draugų rato, socialinių tinklų algoritmų ar pavienių mokyklos skelbimų. Jaunimo informacinį lauką labiausiai formuoja **socialiniai tinklai**, kuriuos kaip pagrindinį informacijos šaltinį įvardija 66,10 % respondentų, ir **draugai** (54,24 %), o instituciniai kanalai pasiekia gerokai mažesnę jaunimo dalį. Savivaldybės ar mokyklų interneto svetainių turinį skaito tik ketvirtadalis jaunimo (25,42 %), mokytojų pateikiama informacija pasiekia dar mažiau (22,03 %). Tai leidžia formuoti prielaidą, kad formali komunikacija nėra natūraliai integruota į jaunimo informacijos vartojimo įpročius, todėl net ir aktuali informacija dažnai nepatenka į jų kasdienį lauką.

10 lentelė. Jaunimo laisvalaikio veiklų ir būrelių vertinimas (proc.)

	Visiškai nesutinku	Nesutinku	Labiau nesutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Labiau sutinku	Sutinku	Visiškai sutinku
Lankomi būreliai man įdomūs	8.00%	2.67%	1.33%	22.67%	9.33%	24.00%	32.00%
Būrelių lankymas padeda geriau praleisti laiką po pamokų.	9.33%	4.00%	2.67%	16.00%	20.00%	20.00%	28.00%
Būrelių pasirinkimas mano gyvenamoje vietoje yra pakankamas.	5.33%	13.33%	4.00%	25.33%	12.00%	24.00%	16.00%
Lankomi būreliai padeda man tobulėti ar atrasti, kas man patinka	4.00%	6.67%	1.33%	18.67%	21.33%	26.67%	21.33%
Norėčiau, kad būtų daugiau veiklų, atitinkančių mano pomėgius.	1.33%	2.67%	4.00%	22.67%	14.67%	28.00%	26.67%
Norėčiau lankyti daugiau būrelių, jei jie būtų arčiau mano namų.	5.33%	13.33%	5.33%	24.00%	13.33%	20.00%	18.67%
Norėčiau lankyti daugiau būrelių, jei jie būtų nemokami arba pigesni.	5.33%	12.00%	4.00%	28.00%	16.00%	12.00%	22.67%
Apie būrelius trūksta informacijos mano mokykloje ar mieste.	6.67%	13.33%	6.67%	21.33%	21.33%	18.67%	12.00%

Man patogiu patekti į vietas, kur vyksta būreliai (atstumas, laikas).	6.67%	9.33%	14.67%	20.00%	22.67%	12.00%	14.67%
Kretingos mieste ar rajone yra įdomių veiklų jaunimui.	3.23%	6.45%	16.13%	29.03%	12.90%	25.81%	6.45%
Mano gyvenamojoje vietovėje pakanka vietų, kur galima praleisti laisvalaikį (pvz., sporto aikštelės, parkai, jaunimo erdvės).	6.45%	6.45%	8.06%	25.81%	24.19%	16.13%	12.90%
Kretingos mieste ir rajone yra pakankamai nemokamų veiklų jaunimui.	4.84%	3.23%	11.29%	29.03%	30.65%	12.90%	8.06%
Dauguma veiklų man prieinamos pagal kainą.	1.61%	0.00%	11.29%	27.42%	22.58%	27.42%	9.68%
Laisvalaikio veiklos atitinka mano pomėgius ir poreikius.	3.23%	1.61%	6.45%	32.26%	20.97%	27.42%	8.06%
Paprastai žinau, kur ir kada vyksta jaunimui skirtos veiklos.	4.84%	11.29%	16.13%	20.97%	14.52%	25.81%	6.45%
Laisvalaikio veiklos vyksta man patogiu laiku.	1.61%	6.45%	17.74%	35.48%	17.74%	12.90%	8.06%
Galėčiau dalyvauti daugiau veiklų, jei jos vyktų arčiau mano namų.	8.06%	4.84%	6.45%	22.58%	27.42%	20.97%	9.68%
Galėčiau dalyvauti daugiau veiklų, jei jos būtų nemokamos arba pigesnės.	8.06%	3.23%	1.61%	30.65%	27.42%	19.35%	9.68%
Galėčiau dalyvauti daugiau veiklų, jei apie jas informaciją galėčiau rasti vienoje vietoje	3.23%	1.61%	3.23%	27.42%	20.97%	19.35%	24.19%
Kretingos mieste ar rajone yra įdomių veiklų jaunimui.	4.84%	1.61%	11.29%	35.48%	20.97%	14.52%	11.29%
Norėčiau, kad Kretingoje ir jos rajone ar mokykloje būtų daugiau naujų veiklų ar renginių jaunimui.	1.61%	1.61%	3.23%	24.19%	20.97%	20.97%	27.42%

Prieinamumą riboja ir **geografiniai bei infrastruktūriniai** veiksniai. Daugiau nei pusė jaunimo (58,07 %) nurodo, kad veiklos vyksta per toli nuo jų namų, o 30,67 % sutinka, kad jiems nepatogu pasiekti veiklų vietas. Tai ypač aktualu kaimiškose vietovėse gyvenančiam jaunimui, kurių kasdienis mobilumas skiriasi nuo miesto centro gyventojų: veikla, kuri miestiečiui yra „kelios minutės kelio“, kaimo jaunimui tampa kelionės planavimo klausimu.

Tyrimo duomenys taip pat rodo, kad 38,7 % jaunimo mano, kad **veiklų laikas** yra jiems patogus, tačiau 25,8 % teigia priešingai, o 35,48 % išlieka neutralūs, kas rodo, kad laiko pritaikymas vis dar labiau atsitiktinis nei kryptingai planuojamas pagal mokinių dienotvarkę.

Finansiniai aspektai taip pat daro įtaką veiklų pasirinkimams: 56,45 % jaunų žmonių norėtų lankyti daugiau veiklų, jei jos būtų pigesnės ar nemokamos, tačiau 59,68 % sutinka, kad dabartinės veiklos jiems apskritai yra prieinamos pagal kainą. Tai leidžia manyti, kad kaina riboja veiklų įvairovę, o ne patį dalyvavimo faktą – jauni žmonės gali pasirinkti vieną veiklą, tačiau papildomos veiklos tam tikrai jaunimo daliai gali tapti finansine našta.

Svarbus veiksnys yra ir **socialinis saugumas**. 42,37 % jaunimo teigia neturintys su kuo eiti į veiklas, o 16,95 % jaučiasi nejaukiai ar nepriimti. Tai rodo, kad dalyvavimas laisvalaikio veiklose yra socialiai sąlygojamas – jaunimą skatina ne tik veiklos turinys, bet ir galimybė jaustis priimtam bei saugiam. Jei jaunas žmogus nėra tikras, kad veikloje sutiks pažįstamų ar bus priimtas, net ir nemokama, arti esanti ir įdomi veikla gali būti suvokiama kaip rizikinga socialinė situacija. Todėl dalyvavimas tampa socialiai sąlygojamas – jį skatina draugų kvietimai, bendras lankymasis ar veiklos, kuriose lengva būti „naujoku“. Šią logiką papildė ir veiklų **patrauklumo aspektas**: 69,34 % jaunimo norėtų daugiau veiklų pagal savo pomėgius, ir tiek pat – daugiau naujų renginių bei iniciatyvų. Tai reiškia, kad esama pasiūla ne visada atliepia realius interesus, o veiklos kartais atrodo „atsikartojančios“, skirtos jaunesniems arba neatitinkančios jaunimo lūkesčių dėl intensyvumo, formato ar turinio.

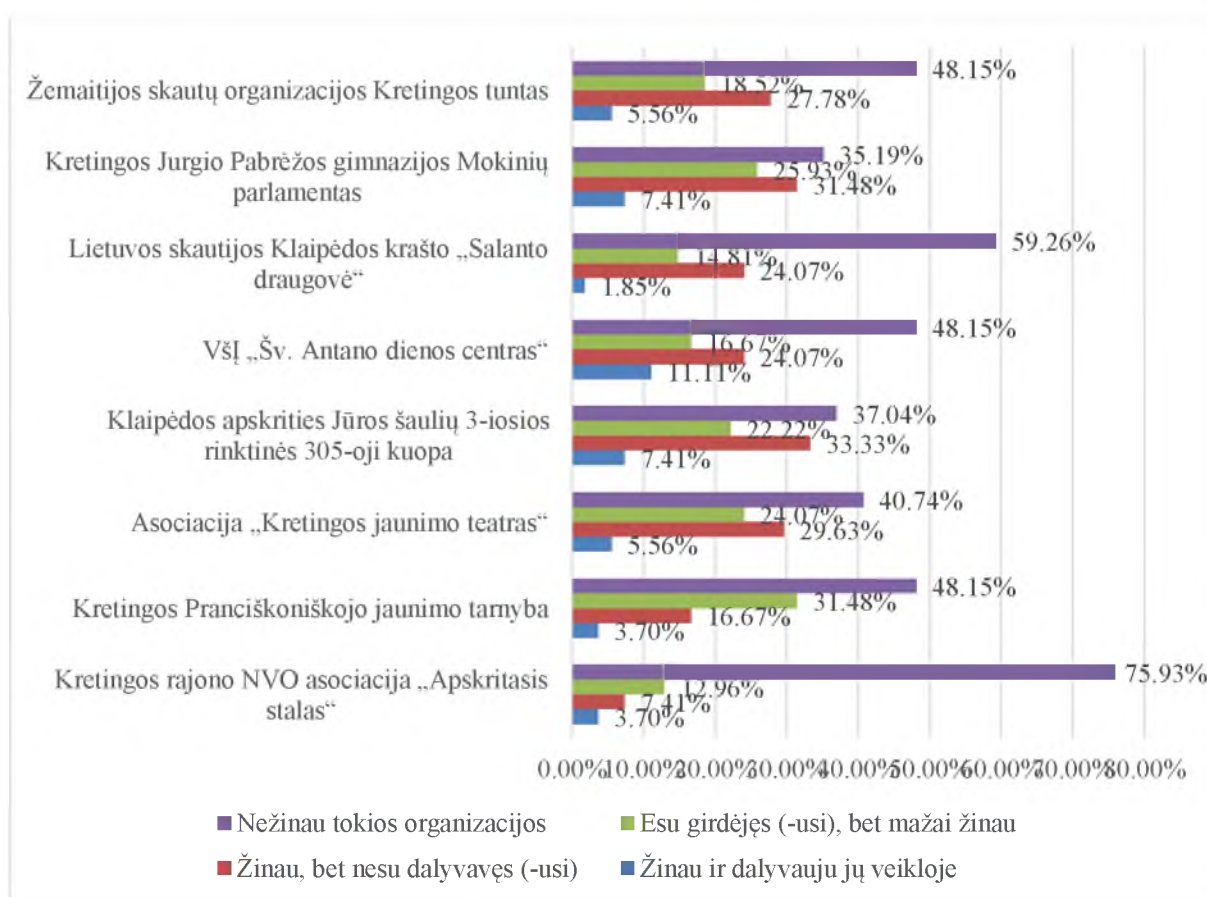
Apibendrinant galima teigti, kad jaunimo dalyvavimą laisvalaikio veiklose lemia tarpusavyje susijusių veiksnių visuma – laiko, informacijos, vietos, socialinio saugumo, kainos ir turinio derinys, kuris, jaunimo akimis, susidėlioja į aiškų dalyvavimo sprendimo algoritmą: ar veiklą lengva pasiekti, ar ji atrodo verta laiko, ar joje bus saugu, ar joje dalyvaus draugai ir ar jos turinys yra aktualus man? Kol šie elementai nėra nuosekliai integruoti, net ir kokybiškos veiklos pasieks tik dalį jaunimo, o kitos grupės gali ir toliau likti nuo jų nutolusios. Atitinkamai, prieinamumo analizė tampa ne mažiau svarbi nei pačių veiklų pasiūlos vertinimas. Laisvalaikio veiklų prieinamumo analizė leidžia suprasti, kodėl dalis jaunimo į veiklas įsitraukia lengvai, o kita dalis, nepaisant realios pasiūlos, taip ir lieka už laisvalaikio sistemos ribų.

3.3. Jaunimo dalyvavimas ir įsitraukimas į mokyklos ir bendruomenės gyvenimą

Jaunimo dalyvavimo situacija: patirtys mokykloje ir bendruomenėje

Kretingos rajono jaunimo dalyvavimo situacija atskleidžia aiškų skirtumą tarp formaliai sudarytų galimybių ir realios įtakos, kurią jauni žmonės jaučiasi turintys mokyklos ir bendruomenės gyvenime. Tyrimo duomenys rodo, kad daugiau nei pusė mokinių – 54,39 % – jaučiasi **girdimi mokykloje**, o 52,62 % nurodo **žinantys, kaip gali dalyvauti sprendimų priėmime**. Tačiau tik **43,86 % mato, kad jų nuomonė prisideda prie realių pokyčių**, o 26,31 % mano, kad jų balsas apskritai nieko nekeičia. Šis neatitikimas tarp informuotumo ir patiriamos įtakos rodo struktūrinį „įsitraukimo-įtakos atotrūkį“, kai dalyvavimo mechanizmai egzistuoja procedūrinio lygmeniu, bet ne visada virsta jaunimui matomu rezultatu ar grįžtamuju ryšiu. Ši situacija gali veikti kaip savotiškas stabdis: mokiniai, matydami, kur sprendimų priėmimo procese nutrūksta ryšys, ima mažiau pasitikėti dalyvavimo prasmingumu ir įsitraukia tik tuomet, kai pastebi aiškų grįžtamąjį ryšį ar realią reakciją į savo pastangas.

Apklauso duomenys rodo aiškų jaunimo organizacijų žinomumo fragmentiškumą ir struktūrinį informacinį atotrūkį. Daugumoje organizacijų nuo 35,19 % iki 75,93 % mokinių nurodo jų apskritai nepažįstantys, o realiai dalyvaujantys sudaro tik 1,85-11,11 %. Likusi jaunimo dalis apie organizacijas dažniausiai yra „girdėjusi, bet mažai žino“ (12,96-31,48 %), o dar 7,41-33,33 % teigia organizaciją žinantys, tačiau niekada nėra dalyvavę jos veikloje. Tai leidžia teigti, kad organizacijos egzistuoja informaciniame jaunimo lauke, tačiau nepatenka į jų veikimo lauką: jos atpažįstamos tik fragmentiškai, be aiškaus veiklų turinio ir be matomų prisijungimo kelių.



4 pav. Jaunimo organizacijų žinomumo ir dalyvavimo lygiai

Šis ribotas jaunimo organizacijų matomumas ryškiai kontrastuoja su jaunimo nuostatomis ir deklaruojamu noru dalyvauti. Dauguma apklaustųjų **teigiamai vertina dalyvavimo naudą**: 66,67

% mokinių mano, kad organizacijos padeda įgyti naudingų įgūdžių, 58,83 % vertina galimybę jose išsakyti savo nuomonę, o 58,82 % norėtų aktyviai įsitraukti į visuomenines veiklas. Tai leidžia daryti išvadą, kad jaunimo motyvacija nėra problema – ji objektyviai egzistuoja, yra aukšta ir orientuota į prasmingą įsitraukimą. Problema slypi kitur: organizacijos mokinių akyse egzistuoja tarsi „už kadro“ – kaip struktūros, kurios yra vertingos, bet nematomos, nepažintos ir neprieinamos. Kitaip tariant, jaunimas pozityviai vertina dalyvavimo idėją, tačiau neturi realių sąlygų ją įgyvendinti: informacija nepasiekia, kvietimai neveikia, veiklos neatliepia jų kasdienybės, atitinkamai ir įsitraukimo slenkstis lieka neperžengiamas.

Savanorystė jaunimo akimis: kiekybiniai ir papildomi duomenys

Tyrimė išryškėję savanorystės duomenys taip pat rodo, kad jaunimo dalyvavimo praktikos yra labiau ribojamos sisteminių sąlygų nei vidinio noro. Tik **28,57 % mokinių yra savanoriavę**, nors dvigubai daugiau – 53,07 % – norėtų tai išbandyti, o 61,23 % mato prasmę veikti bendruomenės labui. Šis skirtumas tarp noro ir realaus veikimo rodo, kad savanorystė jaunimui nėra natūraliai integruota patirtis: jų laukia ne aiški, paprasta įsitraukimo trajektorija, o veikiau fragmentuotos informacijos, ribotos priegios ir socialinių baimių laukas.

Šias apklausos išvadas papildoma papildomai taikytas metodas – interaktyvūs „Kahoot“ klausimai, taikyti renginio metu kaip neformalus jaunimo nuostatų ir motyvacijos gilinimo įrankis. „Kahoot“ rezultatai rodo, kad **savanorystė** jaunimo dažniausiai **siejama su pagalba kitiems** (40 renginio dalyvių) ir **galimybė augti bei įgyti patirties** (35 renginio dalyviai). Jaunimą labiausiai paskatintų galimybė išbandyti savanorystę be didesnio ar ilgalaikio įsipareigojimo (22 dalyviai), veiklos, atitinkančios jų asmeninius pomėgius (21 dalyviai), bei aiškiai apibrėžtas pasiūlymas, nurodantis, kur, kiek laiko ir ką reikėtų daryti (16 dalyvių).

Kalbant apie savanorystės formas, patraukliausios jaunimui yra trumpalaikės veiklos – renginiai, akcijos ar pavienės iniciatyvos (16 dalyvių), taip pat reguliari, bet nedidelės apimties savanorystė, vykdoma 1-2 kartus per mėnesį (17 dalyvių). Jaunimo nuomone, savanorystė taptų labiau prieinama ir patraukli, jei būtų lankstesnė ir lengviau derinama su mokyklos krūviu (25 dalyviai), kas dar kartą patvirtina, jog pagrindiniai barjerai slypi ne motyvacijoje, o veiklų formatuose ir jų pritaikyme šiuolaikinio jaunimo gyvenimui.

11 lentelė. Potencialūs jaunimo įsitraukimą į savanorystę lemiantys veiksniai (proc.)

	Apklauso duomenys	Kahoot duomenys	
Įdomios ir prasmingos veiklos ar projektai	36.73%	Galimybė savanoriauti be didesnio įsipareigojimo	41.51%
Aiški informacija, kur ir kaip galima prisijungti	42.86%	Aiškus pasiūlymas (kur, kiek laiko, ką darysiu)	30.19%
Galimybė padėti kitiems ir daryti pokyčius Kretingos rajone ar savo bendruomenėje	20.41%	Daugiau veiklų, kurios atitinka mano pomėgius (sportas, renginiai, gyvūnai)	51.22%
Draugų ar bendraamžių dalyvavimas	55.10%	Savanorystės lankstumas ir lengvesnis derinimas su mokykla	56.82%
Įkvepiantys vadovai ar organizatoriai	26.53%		
Galimybė keliauti, dalyvauti mainuose ar renginiuose	30.61%		
Galimybė gauti pažymėjimą, rekomendaciją ar viešą įvertinimą	28.57%		

Kiekybiniai apklausos duomenys atskleidžia ir **pagrindinius savanorystės barjerus**: 51,02 % jaunų žmonių teigia, kad savanorystei trukdo mokslo ir kitų įsipareigojimų krūvis, 34,69 % – informacijos trūkumas, 18,37 % – socialinė baimė būti nepriimtiems, o 16,33 % – palaikančios aplinkos stoka. Tai patvirtina, kad savanorystė jaunimui nėra suvokiama kaip natūrali kasdienės veiklos dalis, kuriai pakanka vien tik motyvacijos. Ši veikla reikalauja socialinio saugumo, aiškios informacijos ir palaikančios aplinkos, kuri šiuo metu nėra užtikrinama.

Jaunimo paslaugų matomumas ir naudojimas

Tyrimo duomenys apie jaunimo infrastruktūros ir naudojimosi paslaugas patvirtina bendrą **prieinamumo problematiką**. Nors apie atviras jaunimo erdves žino 67,39 % mokinių, tik apie 41,30 % gali aiškiai pasakyti, ką jose galima veikti. Panaši situacija matyti ir kitose paslaugose: apie jaunimo reikalų koordinatorių nežino 28,26 % respondentų, apie mobilų darbą su jaunimu – 35,56 %, o „Atvirą jaunimo langelį“ žino tik 29,55 % apklaustųjų ir didžioji dalis (70,45%) juo niekada nesinaudojo. Šie rodikliai rodo ne paslaugų stoką, o nefunkcionuojančią informacijos sklaidos sistemą – paslaugos egzistuoja, tačiau nėra integruotos į jaunimo kasdienį informacinį lauką, todėl nesusidaro naudojimosi jomis ar dalyvavimo jose kultūra. Tai lemia, kad jaunimas paslaugas mato kaip „esančias kažkur šalia“, bet ne kaip savaime suprantamą savo kasdienio gyvenimo dalį, todėl jos netampa įprasta vieta kreiptis ar leisti laiką.

12 lentelė. Jaunimo paslaugų žinomumo ir naudojimosi jomis vertinimas (proc.)

	Visiškai nesutinku	Nesutinku	Labiau nesutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Labiau sutinku	Sutinku	Visiškai sutinku
Žinau, kad Kretingos rajone veikia atviri jaunimo centrai ar atviros erdvės jaunimui	0.00%	0.00%	13.04%	19.57%	17.39%	19.57%	30.43%
Žinau, kokias paslaugas ar veiklas siūlo šie centrai	2.17%	15.22%	15.22%	26.09%	4.35%	13.04%	23.91%
Žinau, kas yra jaunimo reikalų koordinatorius ir kaip su juo susisiekti	17.39%	10.87%	10.87%	21.74%	0.00%	13.04%	26.09%
Žinau, kur rasti informaciją apie jaunimui skirtas veiklas, projektus ar galimybes Kretingos rajono savivaldybėje	4.35%	10.87%	19.57%	28.26%	4.35%	15.22%	17.39%
Man atrodo, kad jaunimo darbuotojai ir centrai padeda jauniems žmonėms spręsti iškilančias problemas	4.35%	2.17%	4.35%	32.61%	19.57%	19.57%	17.39%
Žinau, kad Kretingos rajone vykdomas mobilus darbas su jaunimu	20.00%	15.56%	4.44%	24.44%	13.33%	11.11%	11.11%

Esu dalyvavęs (-usi) bent vienoje mobiliojo darbo su jaunimu veikloje (pvz., išvykoje, susitikime ar veikloje su jaunimo darbuotojais)	28.89%	11.11%	8.89%	24.44%	8.89%	11.11%	6.67%
Šios veiklos padeda turiningai leisti laisvalaikį ir susipažinti su naujais žmonėmis	4.44%	2.22%	2.22%	42.22%	24.44%	13.33%	11.11%
Mobilūs jaunimo darbuotojai padeda sužinoti apie galimybes dalyvauti būreliuose, projektuose ar renginiuose	4.44%	4.44%	4.44%	46.67%	17.78%	11.11%	11.11%
Tokios veiklos turėtų vykti dažniau mano gyvenamojoje vietovėje	8.89%	2.22%	2.22%	44.44%	15.56%	17.78%	8.89%

Apibendrinant matyti, kad jaunimo dalyvavimas Kretingos rajone yra nevienodas ir daugeliu atvejų ribojamas ne jaunimo nenoro, o sistemos prieinamumo ir matomumo spragų. Jaunimo motyvacija veikti, dalyvauti ir turėti įtaką yra pakankamai aukšta, tačiau patirtis rodo, kad ši motyvacija veikia tik tuomet, kai sistema sukuria aiškų kelią nuo galimybės iki realaus įsitraukimo. Šiuo metu tai nėra visada užtikrinama: dalyvavimo mechanizmai egzistuoja, tačiau yra mažai matomi, organizacijos veikia, bet jų turinys jaunimui neatsiveria, savanorystė yra prasminga, tačiau sunkiai pasiekiamą, o paslaugos egzistuoja, tačiau neįsivertina jaunimo informaciniame lauke. Tokia situacija formuoja dalyvavimo modelį, kuriame jaunimas nori dalyvauti, bet dažnai nežino kur, kaip ir ar jų balsas bus girdimas ir vertinamas.

Dalyvavimo prieinamumo logika: kas formuoja jaunimo sprendimus

Jaunimo dalyvavimo prieinamumą Kretingos rajone formuoja ne pavieniai veiksniai, o jų visuma, kuri, jaunimo nuomone, susidėlioja į **savotišką sprendimų seką**: ar veikla yra matoma, ar lengvai pasiekiamą, ar aišku, ką ji suteikia, ar joje jaučiamasi saugiai, ir ar joje dalyvauja pažįstami žmonės. Jei bent vienas šių elementų neveikia, dalyvavimo tikimybė mažėja net tuomet, kai pati veikla yra vertinga ir potencialiai naudinga.

Ryškiausias dalyvavimą ribojantis veiksnys yra **laiko stoka**. Daugiau nei pusė jaunimo (54,90 %) jaunimo nurodo, kad dėl mokslų ar kitų įsipareigojimų nespėja įsitraukti į jaunimo organizacijų veiklą ar savanorystę (51,02 %). Tai rodo, kad dalyvavimas jaunimo kasdienybėje nėra suvokiamas kaip natūrali rutinos dalis, o veikiau kaip papildomas laiko reikalaujantis įsipareigojimas, konkuruojantis su mokyklos krūviu, pasiruošimu pamokoms, dalimi laiko, skirtu poilsiui ar skaitmeninėms pramogoms. Todėl veiklos, kurios vyksta nepatogiu laiku arba reikalauja ilgesnio atvykimo, praranda savo patrauklumą, net jei yra naudingos ar įdomios.

Informacijos prieinamumas yra antrasis esminis dalyvavimo elementas. Tik dalis jaunimo jaučiasi gerai informuoti apie jaunimo organizacijas ir savanorystės galimybes, o nemaža dalis aiškiai įvardija, kad nedalyvauja veiklose todėl, jog nežino, kur ir kaip gali prisijungti. Tai rodo ne motyvacijos stoką, o fragmentišką informacijos sklaidą, kuri ne visada pasiekia jaunimą jiems įprastais kanalais. Kaip rodo jau aptarti infrastruktūros ir paslaugų duomenys, daugeliui jaunų žmonių atviros erdvės, jaunimo koordinatorius ar kitos paslaugos išlieka gana abstrakčios –

žinoma, kad jos egzistuoja, bet neaišku, ką konkrečiai siūlo ir kaip prisijungti. Dėl to jos dažnai netampa realiu pasirinkimu, kai jaunimas svarsto, kur dalyvauti ar į ką kreiptis.

Dar vienas struktūrinis barjeras – **socialinis saugumas ir priklausymo jausmas**. 33,33 % jaunų žmonių nurodo, kad nedalyvauja organizacijose, nes neturi draugų, kurių veikla juos įkvėptų ar paskatintų prisijungti, o 18,37 % vengia savanorystės dėl baimės būti nepriimtiems. Tai rodo, kad dalyvavimas jaunimui yra iš esmės socialinis veiksmas – jis įvyksta tuomet, kai jaunas žmogus mato, kad veikloje jau yra žmonių, kuriuos jis pažįsta arba kuriais pasitiki. Šią tendenciją patvirtina ir tyrime dalyvavusio jaunimo pasirinkti motyvaciniai veiksniai: 66,67 % mokinių kaip svarbiausią paskatą dalyvauti įvardina draugų dalyvavimą, o savanorystės atveju draugų kvietimas svarbus 55,10 % jaunų žmonių. Tai reiškia, kad net gerai suorganizuota, aiškiai pristatyta veikla gali nesulaukti jaunimo įsitraukimo, jei mokinys mato, kad joje nėra jam artimos socialinės aplinkos. Dalyvavimo sprendimas tampa kolektyviškas – „einu ne į organizaciją, o su savo žmonėmis“.

Dalyvavimą riboja ir ribota **patiriamos įtakos patirtis**. Tik 43,86 % jaunimo mano, kad jų nuomonė gali turėti įtakos mokyklos ar bendruomenės pokyčiams, o savanorystės kontekste tik 38,78 % mano, kad jų veikla daro realų poveikį. Tai reiškia, kad dalyvavimas, kuris nėra vertinamas kaip prasmingas, jaunimui tampa mažiau vertas laiko ir pastangų. Kitaip tariant, net jei jaunas žmogus žino apie veiklą ir turi socialinį palaikymą joje dalyvauti, sprendimą gali lemti abejonė, ar jo indėlis bus pastebėtas ir turės realių rezultatų. Jaunimui svarbi ne tik veikla, bet ir jos įprasminimas – aiškus ryšys tarp įsitraukimo ir realių pokyčių.

Galiausiai, dalyvavimo poreikių analizė rodo, kad jaunimas labai aiškiai įvardina, kas jiems padėtų įsitraukti dažniau. Tarp **svarbiausių įsitraukimo paskatų** jie mini aiškesnę ir patogesnę informaciją apie veiklas, savanorystę ir jaunimo paslaugas (42,86-82,08 % visose temose), prasmingų ir įdomių veiklų turinį (36,73 %), galimybę prisidėti prie pokyčių (20,41 %), projektus, keliones ir mainus (30,61 %), ir įkvepiančius vadovus ar pripažįstamą indelį (26,53-28,57 %). Tai leidžia daryti prielaidą, kad jaunimas žino, ko jiems trūksta, ir gali labai tiksliai įvardyti, kokios sąlygos turėtų būti sukurtos, kad dalyvavimas ir įsitraukimas būtų aiškesnis, socialiai saugesnis ir labiau motyvuojantis.

Apibendrinant galima teigti, kad jaunimo dalyvavimo prieinamumas nėra atsitiktinis – jį formuoja laiko, informacijos, socialinės aplinkos ir įtakos patirties derinys, kuriame bet kuris silpnas elementas gali tapti barjeru. Todėl prieinamumo logikos analizė tampa esmine jaunimo politikos dalimi, nes ji padeda suprasti, ne tik kodėl dalis jaunimo dalyvauja, bet ir kodėl kita dalis, turėdama motyvacijos, vis dar lieka už veiklų, organizacijų ir iniciatyvų ribų.

3.4. Emocinė savijauta ir psichologinė gerovė

Jaunimo emocinės savijautos situacija: kasdienės patirtys, rizikos ir vidiniai ištekliai

Kretingos rajono jaunimo emocinės savijautos duomenys atskleidžia nevienalytę, tačiau aiškias kryptis turinčią psichologinės būklės situaciją. Jaunimo kasdienybėje persipina kasdien patiriamas emocinis krūvis, nuotaikų svyravimai, socialinės įtampos ir vidiniai ištekliai, leidžiantys daliai jaunimo išlaikyti psichologinį stabilumą. Daugiau nei pusė jaunų žmonių – **56,82 % – dažnai jaučia įtampą ar susirūpinimą**, o daugiau nei trečdalis (36,36 %) nurodo pastaruoju metu jaučiantis liūdesį ar prislėgtumą. Šie rodikliai rodo, kad emocinis nerimas ir žemesnės nuotaikos nėra pavieniai reiškiniai, bet tampa reikšmingos dalies jaunimo kasdienybės fonu.

Šią emocinę dinamiką papildoma nuovargio patirtys: 50,0 % jaunimo **dažnai jaučia stiprų nuovargį**, ypač kai nespėja išsimiegoti ar susiduria su padidėjusiu mokymosi krūviu. Tai leidžia daryti prielaidą, kad fizinis ir emocinis išsekimas jaunimui nėra momentinis reiškinys – jis susijęs su ilgalaikiu intensyvaus gyvenimo ritmo poveikiu, kai mokykla, socialiniai įsipareigojimai ir skaitmeninės veiklos konkuruoja dėl jų laiko ir energijos.

13 lentelė. Jaunimo emocinės savijautos ir psichologinio saugumo vertinimų pasiskirstymas (proc.)

	Visiškai nesutinku	Nesutinku	Labiau nesutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Labiau sutinku	Sutinku	Visiškai sutinku
Dažnai jaučiuosi įsitempęs (-usi) ar susirūpinęs (-usi)	4.55%	6.82%	13.64%	18.18%	27.27%	15.91%	13.64%
Pastaruoju metu jaučiuosi liūdnas (-a) ar prislėgtas (-a)	9.09%	13.64%	6.82%	34.09%	20.45%	9.09%	6.82%
Net jei pakankamai miegu, dažnai jaučiuosi pavargęs (-usi)	6.82%	11.36%	13.64%	18.18%	34.09%	4.55%	11.36%
Dažniausiai jaučiuosi viltingas ir tikiu, kad viskas susitvarkys	2.27%	4.55%	15.91%	34.09%	18.18%	18.18%	6.82%
Dažniausiai pasitikiu savo jėgomis	2.27%	6.82%	11.36%	36.36%	13.64%	22.73%	6.82%
Abejoju, ar esu pakankamai geras (-a)	4.55%	13.64%	6.82%	34.09%	20.45%	13.64%	6.82%
Moku džiaugtis tuo, kas man pavyksta	0.00%	2.27%	4.55%	31.82%	18.18%	29.55%	13.64%
Net kai nesiseka, stengiuosi nenuleisti rankų	0.00%	4.55%	11.36%	31.82%	31.82%	15.91%	4.55%
Manau, kad turiu nemažai gerų savybių	0.00%	9.09%	6.82%	31.82%	18.18%	25.00%	9.09%
Nebijau išsakyti savo nuomonės, net jei ji skiriasi nuo kitų	6.82%	6.82%	13.64%	20.45%	15.91%	25.00%	11.36%
Mokykloje jaučiuosi ramiai ir saugiai	2.27%	2.27%	15.91%	27.27%	22.73%	18.18%	11.36%
Mokykloje jaučiuosi priimamas (-a) toks (-ia), koks (-ia) esu	2.27%	9.09%	9.09%	27.27%	22.73%	22.73%	6.82%

Kartais mokykloje patiriu patyčias ar žeminimą	22.73%	25.00%	4.55%	20.45%	6.82%	11.36%	9.09%
Socialiniuose tinkluose ar internete esu gavęs (-usi) įžeidžiančių komentarų apie save	29.55%	18.18%	6.82%	18.18%	6.82%	18.18%	2.27%
Žinau, kur galima rasti pagalbos, jei man emociškai sunku	4.55%	4.55%	9.09%	29.55%	11.36%	27.27%	13.64%
Kai man sunku, jaučiu, kad aplinkiniai mane palaiko	0.00%	4.55%	18.18%	29.55%	15.91%	15.91%	15.91%
Jei man labai sunku, nedrįščiau kreiptis pagalbos	2.27%	18.18%	11.36%	25.00%	20.45%	11.36%	11.36%
Manau, kad pagalbos prašymas nėra silpnumo ženklas	2.27%	4.55%	2.27%	27.27%	11.36%	27.27%	25.00%
Turiu draugų, su kuriais galiu atvirai kalbėtis apie tai, ką jaučiu	2.27%	6.82%	9.09%	25.00%	11.36%	15.91%	29.55%

Svarbus emocinės savijautos veiksnys yra socialiniai santykiai ir jų keliamas stresas. Jaunimo atsakymuose atsiskleidžia **ryški socialinės įtampos patirtis**: 47,72 % jaunimo nurodo, kad pastaruoju metu mokykloje susiduria su apkalbomis, o 45,45 % patiria žeminančius komentarus. Šie rodikliai yra ypač reikšmingi todėl, kad patyčių ar žeminimo patirtis tiesiogiai siejama su padidinta emocine rizika – didėja nerimo, nuotaikų svyravimų ir socialinio pasitraukimo tikimybė. Nors tik 20,45 % teigia patyrę aktyvias patyčias, plačiai paplitę žeminantys komentarai ir apkalbos rodo, kad socialinė aplinka daliai jaunimo nėra saugi, o tai gali silpninti jų psichologinį atsparumą ir motyvaciją įsitraukti į bendruomeninį gyvenimą.

Nepaisant aukšto patiriamo emocinio krūvio, tyrimo duomenys atskleidžia ir vidinius jaunimo išteklius, kurie padeda daliai jų išlaikyti psichologinį balansą. Daugiau nei pusė apklaustųjų 63,8 % teigia gebantys įveikti sunkumus, o daugiau nei pusė (52,2 %) dalyvauja pozityviose veiklose ar iniciatyvose, kurios sukuria prasmingumo jausmą. Šie duomenys rodo, kad jaunimas turi pakankamai stiprią vidinę motyvaciją ir iš esmės teigiamą požiūrį į save, net jei patiria emocinių iššūkių. Tai reiškia, kad psichologinė savijauta nėra redukuojama į vien tik rizikos veiksnius – ji formuojasi sąveikoje su vidine mokinio gebėjimų sistema, socialiniais ryšiais ir turimomis veiklomis, kuriose jis gali patirti sėkmę ar įvertinimą.

Kitas svarbus aspektas yra **savivertė ir polinkis save nuvertinti**. 40,91 % jaunimo teigia dažnai save kritikuojantys, o tai rodo polinkį į vidinį ar aplinkos spaudimą ir savikritiką, kuri gali būti susijusi tiek su akademinėmis ambicijomis, tiek su socialinių tinklų sukurtais lūkesčiais ar iliuzijomis. Kadangi į save nukreipta kritika ir pernelyg dideli reikalavimai sau tiesiogiai veikia jaunimo emocinį atsparumą ir gali didinti nerimą, šie duomenys rodo, kad jaunimo emocinės gerovės iššūkiai kyla ne tik iš išorinės aplinkos, bet ir iš vidinių jaunimo patiriamų įtampų.

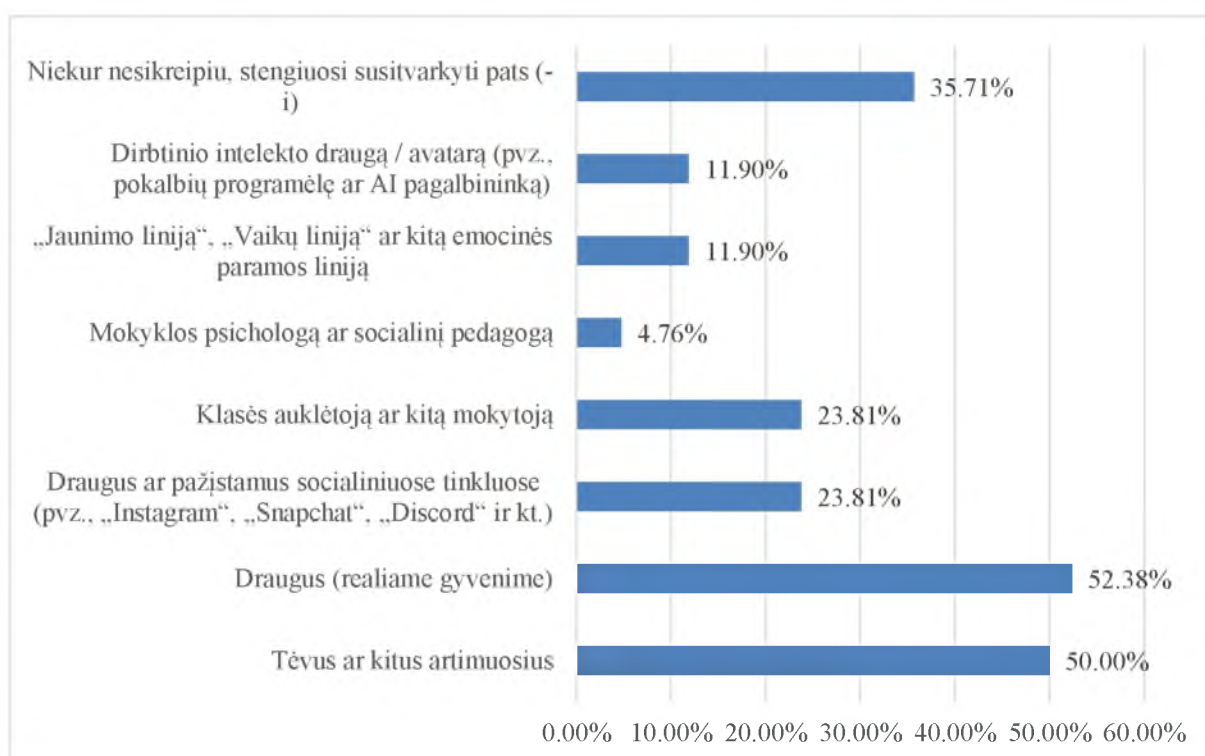
Kartu tyrimo rezultatai rodo ir **pozityvią jaunimo emocinės savijautos pusę**: 61,37 % jaunimo teigia dažnai jaučiantys pasididžiavimą savimi, o 52,28 % – kad jiems pavyksta išlaikyti pozityvų požiūrį net sudėtingomis situacijomis. Tai rodo, kad emocinei savijautai būdingas dvilypumas – greta nuovargio, nerimo ir socialinės įtampos egzistuoja ryškūs vidiniai resursai, kurie daliai jaunimo padeda išlikti atspariems ir palaikyti psichologinę gerovę.

Apibendrinant galima teigti, kad jaunimo emocinė savijauta Kretingos rajone pasižymi dviem lygiagrečiais procesais. Viena vertus, reikšminga jaunimo dalis patiria kasdienį emocinį krūvį, nuovargį ir socialinę įtampą, kita vertus, daugelis jų turi vidinių gebėjimų ir pozityvių nuostatų, leidžiančių išlaikyti psichologinį stabilumą. Ši dviguba dinamika atskleidžia, kad jaunimo

emocinė realybė nėra nei vien tik problemiška, nei vien tik stipri – ji susiformuoja tarp rizikų, patiriamų sunkumų ir vidinių resursų, kuriuos jaunimas mobilizuoja kasdien. Atitinkamai ir jaunimo politikos ir paslaugų planavime svarbu vienu metu stiprinti prevenciją, emocinį palaikymą ir jaunimo atsparumo ugdymą.

Pagalbos sistemos matomumas ir prieinamumas jaunimo vertinimu

Analizuojant, kaip Kretingos rajono jaunimas ieško emocinės pagalbos, matyti aiški, nuosekli ir ryški tendencija: formalios pagalbos sistemos egzistuoja, tačiau jaunimo akyse jos išlieka mažai matomos, mažai pasiekiamos ir tik iš dalies atitinkančios jų patiriamų sunkumų mastą. Dauguma jaunų žmonių **pagalbos ieško artimoje socialinėje aplinkoje** – 52,38 % kreipiasi į draugus realiame gyvenime, o 50,0 % – į tėvus ar artimuosius. Šie duomenys rodo, kad pirmasis emocinės paramos žingsnis dažniausiai vyksta santykių saugumo zonoje, kuri jaunimui atrodo natūraliausia ir mažiausiai rizikinga. Vis dėlto tai kartu reiškia, kad beveik visiškai eliminuojamas profesionalus palaikymas: draugai ir artimieji nėra parengti teikti psichologinės pagalbos, o jų reakcijos ir gebėjimai priklauso nuo asmeninės patirties, o ne nuo specializuotų žinių, todėl suteikiama pagalba gali būti ribota, netiksli ar neišlaikanti ilgalaikio poveikio.



5 pav. Kur jaunimas ieško emocinės pagalbos?

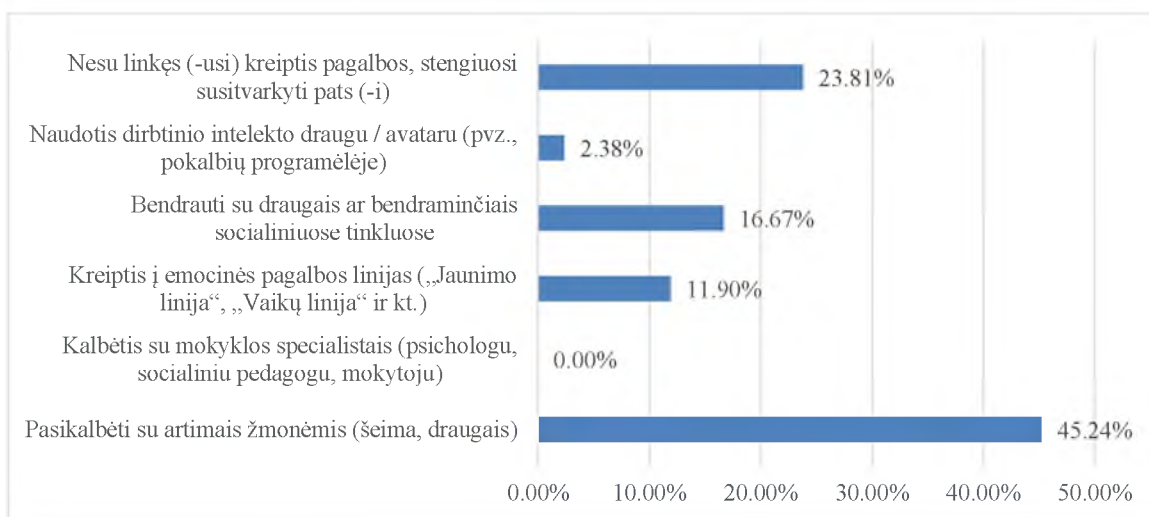
Skaitmeninė erdvė tampa antru svarbiausiu pagalbos kanalu: 23,81 % jaunų žmonių nurodo, kad emocinės paramos ieško bendraudami su draugais ar pažįstamais socialiniuose tinkluose. Tai rodo, kad dalis mokinių renkasi neformalią virtualią paramą, kuri yra lengvai pasiekiamą, suteikianti anonimiškumo ir distancijos jausmą. Tačiau kartu tai atskleidžia, kad emocinės paramos paieškos vyksta ne profesionalioje sistemoje, o horizontalioje draugų bendruomenėje, kuri negali užtikrinti nei saugumo, nei tęstinumo.

Formalios emocinės pagalbos sistemos naudojamos žymiai rečiau. Tik 11,9 % tyrime dalyvavusių mokinių yra kada nors kreipęsi į emocinės pagalbos linijas ar kitas specializuotas tarnybas, nors būtent jos skirtos teikti anoniminę, profesionalią ir visą parą prieinamą paramą. Šis skaičius ypač aktualus atsižvelgiant į tai, kad daugiau nei pusė jaunimo patiria įtampą, o beveik tiek pat – nuovargį ir liūdesį.

Dar rečiau jaunimas naudojami **mokyklose teikiama specialistų pagalba**. Jaunimo atsakymai rodo, kad psichologai, socialiniai pedagogai ar kiti pagalbos specialistai nėra matomi kaip prieinami šaltiniai, ir daugeliu atvejų jų net nepatenka į pagalbos paieškos trajektoriją. Tai gali būti susiję tiek su ribotu specialistų skaičiumi, tiek su neaiškia informacija apie jų darbo laiką, tiek su nuostata, kad kreipimasis į mokyklos psichologą yra susijęs su stigmatizacija ar potencialiu viešumu. Atsižvelgiant į tai, kad beveik pusė jaunimo patiria apkalbas ar žeminančius komentarus, galima daryti prielaidą, jog dalis jaunimo vengia situacijų, kuriose pagalbos ieškojimas galėtų tapti viešas.

Analizuojant barjerus, ryškėja ne tik paslaugų prieinamumo, bet ir vidinės stigos veiksniai. Tarp ryškiausių kliūčių yra drovumas ir nenoras kalbėti apie savo jausmus – 43,17 % jaunimo nurodo, kad jiems sunku dalintis emociniais sunkumais su specialistais ar net artimais žmonėmis. Šis rodiklis rodo vidinės stigos veikimą, kai pagalba suvokiama kaip silpnumo ar pažeidžiamumo ženklas. Dar 47,74 % teigia nežinantys arba abejoja savo žinojimu, kur tiksliai kreiptis, o tai reiškia, kad informacijos apie pagalbos būdus ir kanalus nėra struktūruotai pateikta jaunimo informaciniame lauke. Taip pat 23,81 % mano, kad pagalba jiems nepadės – tai rodo nepasitikėjimą sistema ir anksčiau patirtų situacijų, kuriose parama buvo neefektyvi ar neprieinama, patirtis. Šis nepasitikėjimo rodiklis ypač reikšmingas todėl, kad formuoja atsitraukimo nuostatą: jei jaunas žmogus kartą patiria, kad pagalba neatneša palengvėjimo, tikimybė, kad jis kreipsis kitą kartą, dar labiau sumažėja.

Nepaisant paminėtų barjerų, jaunimas gana aiškiai įvardija, kokios **pagalbos formos jiems būtų labiau prieinamos ir priimtinos**. Daugiau nei pusė (52,0 %) apklaustųjų nori lengviau pasiekiamų anoniminės pagalbos formų, kurios nesukeltų socialinio vertinimo rizikos. Tuo tarpu mobilios ar prie mokyklos veikiančios pagalbos paslaugos šiuo metu atrodo patrauklios tik nedidelei jaunimo daliai (4,76 %), kas rodo, kad vien paslaugų „atnešimas arčiau“ nebūtinai sprendžia pasitikėjimo ir saugumo klausimus.



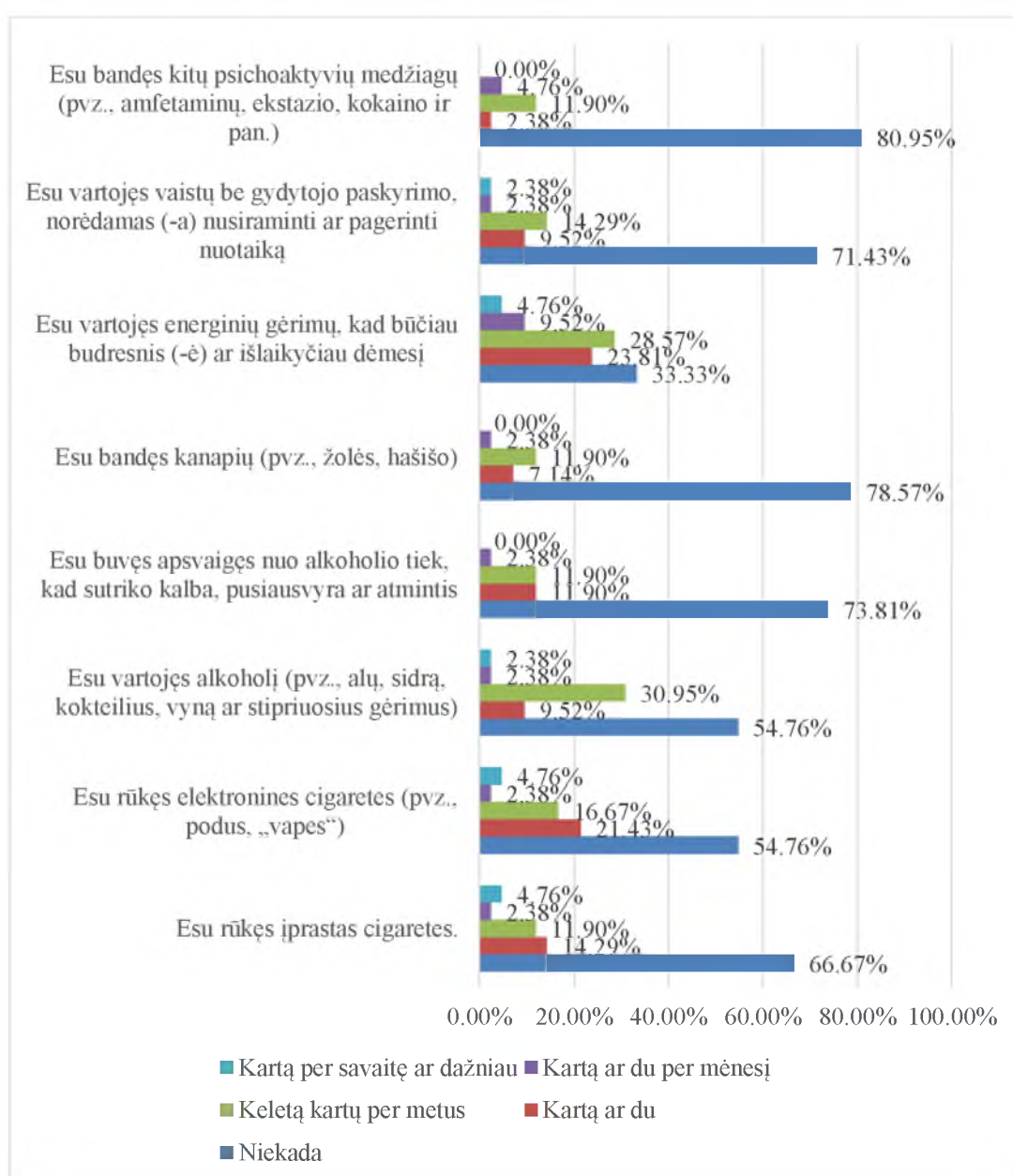
6 pav. Jaunimui labiausiai priimtinos pagalbos formos

Apibendrinant galima teigti, kad jaunimo pagalbos paieškos logika yra orientuota į artimą socialinį tinklą ir virtualią erdvę, o formalios paramos sistemos išlieka nepakankamai matomos ir nepakankamai integruotos į jaunimo informacinę ir emocinę realybę. Barjerai, su kuriais susiduria jaunimas – drovumas, nepasitikėjimas, informacijos stoka, profesionalių paslaugų prieinamumas ir socialinio vertinimo baimė – lemia, kad net intensyvus emocinis krūvis nebūtinai virsta kreipimusi į specialistus. Tai reiškia, kad dalis jaunimo lieka be profesionalios pagalbos net tada, kai jos objektyviai reikia. Todėl pagalbos sistemos matomumas ir prieinamumas tampa esminiu veiksniumi formuojant psichologinės gerovės politiką: jaunimui būtina ne tik žinoti, kur kreiptis, bet ir jausti, kad pagalba yra prieinama, suprantama, saugi ir veiksminga jų kasdienio gyvenimo kontekste.

3.5. Gyvenimo būdas ir rizikos: psichoaktyvių medžiagų vartojimas

Jaunimo psichoaktyvių medžiagų vartojimo situacija: elgsenos modeliai ir rizikos profilis

Kretingos rajono jaunimo psichoaktyvių medžiagų vartojimo situacija, remiantis atlikto tyrimo duomenimis, atskleidžia nevienalyčius, tačiau aiškiai atpažįstamus elgsenos modelius, kuriuose susipina smalsumo vedami bandymai, socialinės normos ir skirtingas rizikos suvokimas. Tyrimo duomenys rodo, kad įprastų cigarečių niekada nerūkę 66,67 % jaunų žmonių, tačiau elektroninių cigarečių atveju situacija yra kitokia – jų niekada nevartoję yra tik 54,76 %. Tai reiškia, kad beveik **pusė jaunimo bent kartą bandė elektronines cigaretes**. Šis skirtumas leidžia daryti prielaidą, jog elektroninės cigaretės jaunimo sąmonėje suvokiamos kaip modernesnė, socialiai labiau priimtina ar mažiau žalinga alternatyva, o jų vartojimas tampa labiau normalizuota socializacijos dalimi nei tradicinis rūkymas.



7 pav. Vartojimo situacija

Panašios tendencijos ryškėja ir **alkoholio vartojimo** srityje. Nors reikšminga jaunimo dalis (54,76 %) alkoholio nevartoja, bandymų lygis išlieka gana aukštas (bent kartą bandę nurodo 45,23 % mokinių), o vartojimas dažnai įsitvirtina kaip socialinio bendravimo praktika. Tai nereiškia, kad vartojimas yra kasdienis ar masinis – tai reiškia, kad alkoholis patiriamas kontekste, kuriame socialiniai įvykiai, grupiniai pasibuvimai ar proginės situacijos laikomi priimtina erdve eksperimentuoti. Tokia socialinė norma gilina skirtumus tarp tų, kurie sąmoningai renkasi nevartoti, ir tų, kuriems vartojimas tampa įprasta bendravimo dalimi. Ši skirtis ypač ryški 15-17 metų amžiuje, kai bendraamžių įtaka ir tapatybės paieškos sustiprina elgesio imitaciją.

Narkotinių medžiagų vartojimo patirtys tarp tyrime dalyvavusio jaunimo yra gerokai retesnės, tačiau jų egzistavimas tarp jaunimo patvirtina platesnį eksperimentavimo lauką. Dalyje jaunimo (7,14 %) matyti pavieniai bandymai, kurie atskleidžia ne tiek sistemingą vartojimą, kiek rizikos zoną, kurioje smalsumas ir socialinis spaudimas gali tapti vartojimo priežastimi. Ši rizikos zona ribojasi su žemu žalingumo suvokimu: tyrimo dalyvių atsakymuose matyti, kad psichoaktyvios medžiagos neretai suprantamos ne kaip pavojus, bet kaip įprastas ar net „ne toks rimtas“ reiškinys, lyginant su tuo, kaip jas suvokia suaugusieji.

Gyvenimo būdo rodikliai leidžia geriau suprasti šių rizikų kontekstą. Jauni žmonės, kurie rūko, vartoja alkoholį ar yra bandę narkotinių medžiagų, dažniau daugiau laiko praleidžia prie ekranų, yra mažiau fiziškai aktyvūs ir rečiau įsitraukia į prasmingas veiklas. Tai rodo, kad vartojimo elgsena nėra izoliuota – ji susiformuoja platesniame gyvenimo būdo kontekste, kuriame mažesnis dalyvavimas struktūruotose veiklose ir didesnė skaitmeninė apkrova gali didinti polinkį rizikingam elgesiui.

Svarbus rizikos veiksnys yra **socialinė aplinka**. Tyrimo duomenys patvirtina, kad jaunimas, kurio draugai rūko ar vartoja alkoholį, gerokai dažniau patys linkę tai daryti. Tai atskleidžia socialinės imitacijos mechanizmą: rizikingas elgsenys plinta ne per informacijos trūkumą, bet per grupinį identitetą ir norą derintis prie bendraamžių. Tuo pačiu tai paaiškina ir tai, kodėl dalis jaunimo išlieka visiškai nevartojantys – jų artimiausioje aplinkoje šios praktikos nėra normalizuotos.

Apibendrinant galima teigti, kad jaunimo psichoaktyvių medžiagų vartojimo situacija Kretingoje nėra masinė, tačiau pasižymi aiškiai identifikuojamomis rizikos zonomis. Jas formuoja bandymų kultūra, socialinė aplinka, žemas žalingumo suvokimas ir gyvenimo būdo veiksniai. Tokia dinamika rodo, kad prevencija turi orientuotis ne tik į medžiagų vartojimo draudimą, bet ir į platesnį socialinį kontekstą – prasmingo užimtumo stiprinimą, saugių socialinių ryšių kūrimą ir rizikos suvokimo ugdymą.

Pagalbos ir prevencijos prieinamumas: kaip jaunimas reaguoja į rizikingą elgesį

Jaunimo reakcija į rizikingą elgesį ir psichoaktyvių medžiagų vartojimą formuojasi pagal panašią logiką kaip ir emocinės pagalbos paieška: pirmiausia ieškoma palaikymo artimoje aplinkoje, o formalios pagalbos ar prevencinės sistemos dažniausiai išlieka antrame plane. Tyrimo duomenys rodo, kad didžioji dalis jaunimo, susidūrę su rizikingu elgesiu savo ar draugų aplinkoje, pirmiausia atsigręžia į bendraamžius. Tai reiškia, kad rizikos situacijose jaunimui svarbiausia slaptumas, tarpusavio pasitikėjimas ir neformalumas, o ne profesionalios pagalbos formos. Tačiau būtent dėl šios priežasties daugelis jų gali likti be adekvačios, profesionalios pagalbos – draugai neturi nei kompetencijų, nei atsakomybės atpažinti pavojingas ribas ir nukreipti į profesionalią pagalbą. Dėl to dalis jaunimo rizikos situacijose gali likti be adekvačios, savalaikės ir profesionalios pagalbos, ypač tais atvejais, kai rizikingas elgsenys peržengia eksperimentavimo ribas.

Preveninės ir pagalbos sistemos jaunimo akyse dažnai lieka menkai matomos. Nors mokyklose ir savivaldybėje veikia įvairios prevencinės programos ir pagalbos mechanizmai, didelė dalis jaunimo negali tiksliai įvardyti, kur kreiptųsi, jei jie ar jų draugas pradėtų vartoti psichoaktyvias medžiagas. Jaunimo pasitikėjimas specialistais yra ribotas – ne dėl to, kad jie nematytų prasmės kreiptis, bet dėl informacijos stokos, stigos ir baimės, kad kreipimosi faktas bus viešas arba sukels problemų mokykloje ar šeimoje. Ši baimė yra struktūrinė: rizikingas elgesys paauglystėje dažnai laikomas „baudžiamu“, o ne „spręstinu“, todėl pagalbos keliai atrodo ne prieinami, bet rizikingi.

14 lentelė. Jaunimo nuostatų apie psichoaktyvių medžiagų vartojimą, skaitmeninį elgesį ir pagalbos prieinamumą pasiskirstymas (proc.)

	Visiškai nesutinku	Nesutinku	Labiau nesutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Labiau sutinku	Sutinku	Visiškai sutinku
Vartojimas (rūkymas, alkoholis ar kitos medžiagos) man padeda atsipalaiduoti ar nusiraminti po įtampos	57.14%	2.38%	4.76%	16.67%	4.76%	7.14%	7.14%
Kai vartoju, lengviau susitvarkau su bloga nuotaika ar nerimu	57.14%	2.38%	2.38%	19.05%	9.52%	4.76%	4.76%
Vartoju, nes taip smagiai ar lengviau leisti laiką su draugais	57.14%	7.14%	0.00%	19.05%	9.52%	2.38%	4.76%
Kartais vartoju, nes nenoriu išsiskirti ar bijau būti atstumtas (-a) grupėje	69.05%	4.76%	0.00%	16.67%	2.38%	4.76%	2.38%
Vartoju iš smalsumo – noriu išbandyti naujus pojūčius	59.52%	2.38%	2.38%	16.67%	11.90%	7.14%	0.00%
Kartais vartoju, kad pamirščiau problemas ar rūpesčius	59.52%	4.76%	2.38%	16.67%	4.76%	11.90%	0.00%
Kai vartoju, man atrodo, kad lengviau bendrauti ar užmegzti ryšį su kitais	64.29%	2.38%	2.38%	16.67%	0.00%	9.52%	4.76%
Vartojimas padeda man „atsijungti“ nuo kasdienybės	61.90%	4.76%	2.38%	16.67%	4.76%	7.14%	2.38%
Manau, kad nedidelis vartojimas nėra labai pavojingas sveikatai	61.90%	4.76%	0.00%	16.67%	4.76%	9.52%	2.38%
Dauguma mano draugų vartoja bent vieną psichoaktyvią medžiagą	50.00%	16.67%	4.76%	11.90%	4.76%	7.14%	4.76%
Mano tėvai domisi, kur ir su kuo leidžiu laiką	2.38%	9.52%	0.00%	19.05%	14.29%	35.71%	19.05%
Mano tėvai ar globėjai aiškiai išreiškia lūkesčius ir vertina mano pastangas	2.38%	2.38%	2.38%	23.81%	23.81%	21.43%	23.81%

Galiu pasikalbėti su bent vienu suaugusiu žmogumi, kai man sunku	4.76%	4.76%	11.90%	14.29%	9.52%	30.95%	23.81%
Mokykloje jaučiuosi saugus (-i) ir priimtas (-a) bendruomenėje	4.76%	4.76%	4.76%	23.81%	19.05%	33.33%	9.52%
Mano mokykla ar bendruomenė skatina sveiką ir aktyvų gyvenimo būdą	4.76%	4.76%	4.76%	11.90%	16.67%	33.33%	23.81%
Jei noriu, man būtų nesunku gauti alkoholio, cigarečių ar kitų medžiagų	45.24%	7.14%	7.14%	9.52%	9.52%	11.90%	9.52%
Kai aplink kiti vartoja, galiu išlaikyti savo nuomonę ir nesekti jų pavyzdžiu	4.76%	2.38%	2.38%	9.52%	7.14%	23.81%	50.00%
Mano artimi draugai palaiko sprendimą nevertoti psichoaktyvių medžiagų	4.76%	2.38%	2.38%	16.67%	9.52%	21.43%	42.86%
Žinau, kaip elgtis, kai susiduriu su rizikingais pasiūlymais ar spaudimu iš draugu	4.76%	2.38%	2.38%	9.52%	16.67%	26.19%	38.10%
Dažnai praleidžiu daugiau laiko internete, nei planavau	4.88%	2.44%	4.88%	24.39%	14.63%	21.95%	26.83%
Būdamas internete pamirštu laiką ar kitas pareigas	4.88%	9.76%	14.63%	24.39%	17.07%	12.20%	17.07%
Jaučiu įtampą ar nerimą, kai neturiu galimybės naudotis telefonu ar internetu	14.63%	19.51%	14.63%	26.83%	14.63%	7.32%	2.44%
Kai jaučiuosi blogai ar nuobodžiauju, dažnai prisijungiu prie socialinių tinklų	4.88%	4.88%	2.44%	29.27%	9.76%	26.83%	21.95%
Kartais renkuosi būti internete vietoj bendravimo su žmonėmis gyvai	17.07%	12.20%	4.88%	26.83%	19.51%	12.20%	7.32%
Dėl laiko internete prarandu miego ar dėmesio mokslams	12.20%	19.51%	14.63%	24.39%	14.63%	9.76%	4.88%
Man sunku sustabdyti naršymą, kai pradėdu	14.63%	17.07%	7.32%	24.39%	12.20%	19.51%	4.88%
Kai negaliu naudotis internetu, jaučiu dirglumą ar susierzinimą	24.39%	21.95%	17.07%	34.15%	2.44%	0.00%	0.00%
Socialiniuose tinkluose jaučiu didesnę pritarimą ar pasitikėjimą savimi, bet nusiviliu, jei nesulaukiu reakcijų	24.39%	12.20%	7.32%	31.71%	12.20%	9.76%	2.44%

Internetas man padeda pabėgti nuo kasdienio streso ar rūpesčių	9.76%	9.76%	9.76%	31.71%	9.76%	21.95%	7.32%
Kai nežaidžiu, dažnai galvoju apie žaidimus ar laikiu, kada galėsiu vėl žaisti	24.39%	12.20%	12.20%	24.39%	21.95%	0.00%	4.88%
Kartais žaidžiu ilgiau, negu planavau	19.51%	9.76%	12.20%	17.07%	19.51%	21.95%	0.00%
Kai negaliu žaisti, jaučiu nervingumą ar įtampą	41.46%	14.63%	14.63%	21.95%	7.32%	0.00%	0.00%
Žaisdamas prarandu laiko nuovoką	34.15%	12.20%	14.63%	19.51%	12.20%	7.32%	0.00%
Dėl žaidimų kartais pamirštu mokslus, poilsį ar kitas veiklas	34.15%	19.51%	4.88%	17.07%	14.63%	7.32%	2.44%
Žaidimai man padeda pabėgti nuo realių problemų ar blogų emocijų	26.83%	9.76%	9.76%	19.51%	17.07%	9.76%	7.32%
Bandžiau sumažinti žaidimų laiką, bet man nepavyko	36.59%	12.20%	14.63%	26.83%	2.44%	2.44%	4.88%
Kartais jaučiu kaltę dėl to, kiek laiko praleidžiu žaisdamas	21.95%	17.07%	4.88%	19.51%	17.07%	17.07%	2.44%
Dėl žaidimų pablogėjo mano dėmesys ar motyvacija mokytis	39.02%	17.07%	14.63%	19.51%	7.32%	2.44%	0.00%
Jei turėčiau sunkumų dėl vartojimo ar priklausomybių, žinočiau, kur kreiptis pagalbos	15.00%	2.50%	10.00%	17.50%	7.50%	22.50%	25.00%
Kretingos rajone pagalbos ir informacijos apie priklausomybes pasiekiamumas yra pakankamas	10.00%	7.50%	7.50%	32.50%	10.00%	22.50%	10.00%
Mano mokykloje ar Kretingos rajono bendruomenėje kalbama apie priklausomybes atvirai ir be moralizavimo	7.50%	7.50%	7.50%	25.00%	17.50%	22.50%	12.50%
Jaunimo nuomonė apie vartojimo problemas yra girdima ir vertinama	5.00%	10.00%	5.00%	30.00%	22.50%	20.00%	7.50%
Kretingos rajono bendruomenėje ar mokykloje yra žmonių, kuriais galiu pasitikėti ir prireikus kreiptis pagalbos	2.50%	7.50%	7.50%	32.50%	15.00%	25.00%	10.00%
Manau, kad bendraamžių palaikymas yra veiksmingesnis nei	2.50%	2.50%	15.00%	22.50%	20.00%	20.00%	17.50%

pamokymai ar draudimai							
Norėčiau daugiau veiklų, kurios padėtų jaunimui gerai leisti laiką be alkoholio ar rūkymo Kretingos rajone	0.00%	2.50%	0.00%	25.00%	27.50%	27.50%	17.50%
Kretingos rajono bendruomenėje jaunimas turi galimybę prisidėti prie sveikesnės aplinkos kūrimo	5.00%	0.00%	2.50%	37.50%	25.00%	15.00%	15.00%

Barjerų analizė atskleidžia kelias aiškias kliūtis. Jaunimas nurodo, kad jam trūksta aiškios, suprantamos informacijos apie tai, kur kreiptis rizikingo elgesio atvejais. Jiems neaišku, ar specialistai užtikrina konfidencialumą, baiminasi, kad kreipimasis bus suprastas kaip problemos „iškėlimas į paviršių“ ir paskatins ne paramą, o bausmes. Tuo tarpu prevenciniai pokalbiai, vykstantys mokyklose, dažnai suvokiami kaip moralizuojantys, orientuoti į draudimą, o ne į realių situacijų supratimą. Jaunimo atsakymuose matyti, kad prevencinė informacija neturi pakankamo poveikio, nes neatitinka jų realių patirčių ir socialinės aplinkos kontekstų.

Nepaisant šių barjerų, jaunimas gana aiškiai įvardija, kokių prevencijos ir pagalbos formų jiems reikia. Jie akcentuoja saugių, anonimiškų ir konfidencialių konsultacijų svarbą, kuriose galėtų kalbėti apie savo elgesį ar draugų situacijas be baimės dėl pasekmių. Jiems svarbi prieinama, paprasta informacija apie tai, kaip padėti draugui rizikos situacijoje, kokie simptomai yra pavojingi, į ką atkreipti dėmesį ir kur kreiptis. Jaunimas taip pat pageidauja prevencijos, orientuotos ne į draudimus, o į realias situacijas – diskusijas su specialistais, lygiaverčius pokalbius, patirtines veiklas ir interaktyvias formas, kuriose jie ne tik išgirstų informaciją, bet ir suprastų ją per realias patirtis.

Apibendrinant galima teigti, kad pagalbos ir prevencijos sistemos prieinamumas, jaunimo vertinimu, yra ribotas ne tiek dėl paslaugų trūkumo, kiek dėl jų menko matomumo, nepakankamos komunikacijos, stigmos ir baimės prarasti konfidencialumą. Jaunimas dažniausiai lieka vienas su rizikingu elgesiu – savo ar draugų – nors realiai turi poreikį konsultacijoms, patikimai informacijai ir saugiam dialogui. Todėl efektyvi prevencija turi prasidėti ne nuo draudimų, o nuo santykio, pasitikėjimo, aiškios informacijos ir jaunimui pritaikytų pagalbos formatų, leidžiančių rizikas atpažinti ir joms užkirsti kelią ankstyvoje stadijoje.

3.6. Sisteminiai jaunimo situacijos iššūkiai ir tobulintinos sritys

Jaunimo situacijos Kretingos rajone apibendrinimas

Kretingos rajono jaunimo situaciją formuoja keturios tarpusavyje susijusios struktūrinės problemos, kurių šaknys glūdi ne atskiruose reiškiniuose, o bendroje sistemos logikoje. Pirmiausia, **laisvalaikio ir užimtumo** srityje aiškiai matyti pasiskirstymas tarp aktyvaus jaunimo branduolio ir atotrūkio grupių. Dalis jaunimo aktyviai įsitraukia į socialines, kultūrinės ir sporto veiklas, o kita dalis – beveik ketvirtadalis – išlieka nuo jų nutolusi dėl laiko stokos, geografinių, informacinių ar socialinės aplinkos barjerų. Šis vidinis susisluoksniavimas lemia nevienodas startines galimybes, kurias dar stiprina ir tai, kad dalis veiklų labiau pritaikytos jaunesnio amžiaus mokiniams, o vyresni paaugliai patiria ribotesnę paslaugų pasiūlą.

Antra, **jaunimo dalyvavimo srityje** išryškėja sisteminis „įsitraukimo-įtakos atotrūkis“. Nors daugiau nei pusė mokinių jaučiasi išklaunami ir informuoti apie dalyvavimo galimybes, ženkliai mažesnė dalis mato realų savo nuomonės poveikį sprendimams. Šis neatitikimas virsta pasyvumo priežastimi: kai dalyvavimas suteikia mažai grįžtamojo ryšio, jaunimas įsitraukimą traktuoja ne kaip prasmingą veiklą, o kaip formalų, menkai susijusį su pokyčiais procesą. Tai paaiškina ir itin žemą jaunimo organizacijų matomumą – daugumą organizacijų žino tik mažiau nei pusė jaunimo, nors nuostatos apie jų naudą yra pozityvios. Vadinasi, sistema turi potencialą, tačiau neveikia būtiniausias jos elementas: matomumas ir prieinamumas, aiškūs, jaunimui suprantami įsitraukimo keliai.

Trečia, **emocinės savijautos analizė** atskleidžia ryškų emocinio krūvio dominavimą jaunimo kasdienybėje. Įtampą, nuovargį, liūdesį ir socialinę įtampą patiria reikšminga jaunimo dalis, o beveik pusė nurodo patyrę apkalbas ar žeminančius komentarus. Šios patirtys kuria emocinį foną, kuriame psichologinė gerovė tampa ne tik individualiu, bet ir sisteminiu klausimu. Nors nemaža dalis jaunimo turi vidinių išteklių, padedančių susitvarkyti su sunkumais, emocinės pagalbos paieška yra fragmentuota ir pirmiausia nukreipiama į draugus ar šeimą. Profesionalios pagalbos sistemos išlieka menkai matomos ir fragmentiškai integruotos į jaunimo kasdienį informacinį lauką, todėl realūs sunkumai ne visada virsta savalaikiu pagalbos gavimu.

Ketvirta, **psichoaktyvių medžiagų vartojimo** srityje fiksuojama nedidelė, bet struktūriškai reikšminga rizikos zona. Elektroninių cigarečių vartojimas jaunimo aplinkoje yra labiau normalizuotas nei tradicinis rūkymas (elektronines cigaretes yra bent kartą bandę beveik pusė tyrime dalyvavusių respondentų). Alkoholio vartojimas dažnai suvokiamas kaip socialinio bendravimo dalis, o pavieniai narkotinių medžiagų bandymai rodo pasiekiamą eksperimentavimo lauką. Šios praktikos glaudžiai susijusios su kitomis sritimis: mažesniu užimtumu, dažnai leidžiamu laisvu laiku prie ekranų, socialiniu spaudimu ir žemu žalingumo suvokimu.

Apibendrinant, visų sričių analizė atskleidžia bendrą sisteminę struktūrą: jaunimo aplinka Kretingoje egzistuoja, tačiau ji dažnai yra fragmentuota, menkai matoma, nepakankamai prieinama ir ne visuomet reaguoja į jaunimo patirtį bei poreikius. Tai formuoja situaciją, kurioje jaunimas turi motyvacijos ir nori dalyvauti, tačiau dalis jų realiai lieka nuo sistemų nutolę ne dėl apatijos, bet dėl sisteminių, struktūrinių barjerų, kurie persidengia ir stiprina vienas kitą.

3.7. Numanomoms rizikos savivaldybei ir bendruomenei

Identifikuoti probleminiai taškai leidžia matyti ne tik dabarties iššūkius, bet ir struktūrines rizikas, kurios gali reikšmingai paveikti savivaldybės socialinę aplinką, jaunimo politikos efektyvumą ir bendruomenės tvarumą. Šios rizikos kyla ne iš pavienių reiškinių, o iš jų tarpusavio sąveikos ir ilgalaikio poveikio.

Pirmoji rizika siejasi su **jaunimo dalyvavimo mažėjimu ir pasitikėjimo institucijomis silpnėjimu**. Kai reikšminga jaunimo dalis (ketvirtadalis apklausių jaunų žmonių) mano, kad jų balsas nieko nekeičia, o jaunimo organizacijose dalyvauja tik nedidelė dalis jaunimo, formuojasi pasyvesnis pilietinio dalyvavimo modelis. Ilgainiui tai gali lemti mažesnę jaunimo pasirengimą prisiimti atsakomybę, atstovauti bendruomenei ir aktyviai dalyvauti demokratiniuose procesuose, taip silpninant vietos iniciatyvas ir bendruomeninį gyvybingumą.

Antroji rizika susijusi su **emocinės sveikatos dinamika**. Nuolatinė įtampa, nuovargis, socialinės patyčios ir ribotas profesionalios pagalbos naudojimas gali prisidėti prie emocinių sutrikimų augimo, mokymosi motyvacijos kritimo ir didesnės socialinės atskirties rizikos, ypač pažeidžiamiausiose jaunimo grupėse. Jei emocinė pagalba išliks menkai matoma ir sunkiai pasiekama, ateityje savivaldybė gali susidurti su augančiu psichologinės pagalbos poreikiu, įskaitant suicidinių rizikų augimą, iškritimą iš švietimo sistemos ir ilgalaikį poveikį dalyvavimui darbo rinkoje.

Trečioji rizika – **psichoaktyvių medžiagų vartojimo normalizavimas**. Elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas ir socialinis alkoholio priimtumas formuoja aplinką, kurioje ankstyvas eksperimentavimas gali tapti įprasta jaunimo praktika. Tai didina priklausomybių riziką, galimą žalą sveikatai ir ilgalaikes socialines pasekmes, pvz. sveikatos sistemos išlaidas, socialines problemas ir šešėlinį elgesį. Jei nebus kuriama gilesnė prevencijos kultūra, rizika plėsis kartu su socialinėmis normomis.

Ketvirtoji rizika – **nelygiavertės galimybės jaunimui**. Kai dalis jaunimo turi plačias užimtumo, psichologinės paramos, dalyvavimo ir saugaus laisvalaikio galimybes, o kita dalis atsiduria periferijoje, savivaldybėje didėja vidinė socialinė fragmentacija. Tai stiprina atotrūkį tarp aktyvesnių ir mažiau matomų jaunimo grupių, stiprina socialinę nelygybę ir kelia riziką, kad dalis jaunų žmonių nebus pilnavertiškai įtraukti į bendruomenės gyvenimą.

Galiausiai, **regiono patrauklumo rizika**. Jei jaunimas nemato pakankamai įdomių veiklų, jaučia ribotą galimybę daryti įtaką ir susiduria su silpnai veikiančiomis prevencijos ir pagalbos sistemomis, didėja tikimybė, kad jie savo ateities nesies su rajonu ir ieškos savo galimybių kitur. Tai gali turėti įtakos jaunimo migracijai, bendruomenės tvarumui, demografiniams rodikliams ir savivaldybės gebėjimui išlaikyti aktyvią, gyvybingą jaunąją kartą.

Taigi rizikos kyla ne iš pavienių reiškinių, bet iš jų tarpusavio sąveikos: ribotas dalyvavimas, fragmentuota psichologinė pagalba, normalizuotos rizikingos praktikos ir nelygiavertės galimybės laipsniškai gali formuoti sisteminių pažeidžiamumą, kuris gali turėti ilgalaikių pasekmių tiek jaunimo gerovei, tiek visos Kretingos rajono bendruomenės socialinei sanglaudai. Atitinkamai jų atpažinimas sudaro svarbų pagrindą kryptingam jaunimo politikos stiprinimui.

Kretingos rajono jaunimo situacija atskleidžia aiškų, tarpusavyje susijusių veiksnių poveiklį: nors jaunimas pasižymi aukšta vidine motyvacija, aktyviu socialiniu gyvenimu ir noru dalyvauti, jų realias galimybes riboja laiko, informacijos, prieinamumo ir socialinio saugumo barjerai, kurie atsikartoja visose srityse – nuo laisvalaikio ir dalyvavimo iki emocinės sveikatos ir reakcijų į rizikingą elgesį. Laisvalaikio struktūroje matyti ryškus pasiskirstymas tarp aktyvių ir periferijoje liekančių jaunimo grupių, dalyvavimo srityje išryškėja „išitraukimo-įtakos“ atotrūkis, kai formalios galimybės egzistuoja, tačiau jų poveikis, jaunų žmonių vertinimu, yra menkas. Emocinėje sveikatoje dominuoja nuovargis, įtampa ir socialinė įtampa, o profesionali pagalba dėl matomumo ir stigmos yra mažai naudojama, todėl jaunimui lieka sprendimas remtis draugais, o ne specialistais. Psichoaktyvių medžiagų vartojimo dinamikoje matoma normalizuota bandymų kultūra, ypač elektroninių cigarečių vartojime, kuri susijusi su žemu žalingumo suvokimu ir socialiniu spaudimu. Visa tai rodo, kad jaunimo aplinka nėra silpna ar neveikianti – ji yra fragmentuota ir nepakankamai pasiekama, todėl dalis jaunimo, turėdami motyvacijos, realiai lieka nuo galimybių nutolę ne dėl nenoro, o dėl struktūrinių, sisteminių kliūčių. Šios išvalgos suponuoja, kad jaunimo politikos prioritetas turėtų būti ne tik veiklų ar programų kiekio didinimas, bet ir jų matomumo, prieinamumo, socialinio saugumo bei emocinės paramos integracija į jaunimo kasdienę patirtį.

IV SKYRIUS. GEROSIOS JAUNIMO POLITIKOS PRAKTIKOS IR JŲ PRITAIKYMO GALIMYBĖS

4.1. Lietuvos savivaldybių gerosios jaunimo politikos patirtys

Gerųjų jaunimo politikos patirčių santrauka Lietuvoje

Analizuojant jaunimo situaciją Kretingos rajone svarbu matyti platesnį Lietuvos kontekstą – kokią jaunimo politikos modelį taiko savivaldybės, kurios pasiekia geriausių rezultatų.

Remiantis 2024 m. Jaunimo reikalų agentūros jaunimo politikos įgyvendinimo apžvalga, 2016 m. jaunimo politikos kokybės vertinimu ir nacionaliniais tyrimais, ryškėja bendras veikimo principas: **sėkmingiausios savivaldybės jaunimo politiką supranta kaip nuoseklią, tarpsektorinę ir duomenimis grįstą sistemą**, o ne atskirų pavienių projektų rinkinį. Ši logika atsikartoja visose keturiose Kretingos tyrimo skalėse – jaunimo dalyvavimo, laisvalaikio ir užimtumo, psichologinės sveikatos bei psichoaktyvių medžiagų vartojimo ir priklausomybių rizikų mažinimo srityse.

Jaunimo dalyvavimas ir įsitraukimas į sprendimų priėmimą

Savivaldybėse, kuriose jaunimo dalyvavimo rodikliai yra aukščiausi, jaunimo balsas nėra tik formaliai „išklausomas“, bet realiai įtraukiamas į sprendimų priėmimą. Tokiose savivaldybėse kaip **Vilniaus miestas, Alytaus miestas, Raseinių ar Šakių rajonai** Savivaldybės jaunimo reikalų tarybos (SJRT) veikia nuosekliai: posėdžiai vyksta reguliariai, sprendimai ir protokolai viešinami, o tarybų nariai teikia konkrečius pasiūlymus dėl programų, finansavimo ir prioritetų.

Vilniuje SJRT įtraukiama į tarpsektorines darbo grupes, jaunimui aktuali informacija teikiama per centralizuotus kanalus, o tai leidžia pasiekti skirtingas jaunimo grupes ir užtikrina, kad jaunimo iniciatyvos nebūtų izoliuotos nuo savivaldybės strateginių sprendimų. Savivaldybės, kurios laikosi pariteto principo (kai jaunimo ir savivaldos atstovų taryboje yra po lygiai), užtikrina, kad jaunimo balsas būtų ne mažumos, o lygiavertė pozicija savivaldybės diskusijose.

Ne visas jaunimas įsitraukia per formalias savivaldybių struktūras (pvz., SJRT, darbo grupes ar viešas konsultacijas), todėl daliai jaunų žmonių yra reikalingos tarpinės, žemo slenksčio įsitraukimo formos. Tokiais atvejais reikšmingą vaidmenį atlieka mažos, bendruomeninės jaunimo iniciatyvos, kurios veikia arčiau jaunimo kasdienybės ir dažnai tampa pirmąja patirtimi, kai jaunas žmogus gali būti priimtas, išgirstas ir įsitraukti be formalių barjerų. Šios iniciatyvos yra ypač svarbios toms jaunimo grupėms, kurios vengia viešo kalbėjimo, nepasitiki institucijomis arba neturi „įėjimo taškų“ į organizuotą jaunimo politikos sistemą.

Kaip tokio tipo pavyzdį galima įvardyti 2024 m. įkurtą jaunimo asociaciją „Rakštis“, kuri telkia jaunimą per neformalias veiklas ir savanorystės principus, o savo komunikacijoje akcentuoja bendruomeniškumą bei įtraukia, priimančią aplinką. Nors tai nėra didelio masto ar tradicijas turinti praktika, jos vertė atsiskleidžia per perkeliama veikimo logiką: jaunimas įsitraukia pirmiausia per saugią bendruomenę ir patirtinį veikimą, o tik vėliau gali pereiti į aktyvesnį dalyvavimą savivaldos procesuose. Savivaldybei tokios iniciatyvos svarbios kaip „tilto“ partneriai, leidžiantys pasiekti neorganizuotą jaunimą ir palapsniui įtraukti jį į platesnę dalyvavimo infrastruktūrą.

Dalyvavimo stiprinimui itin svarbus ir **stabilus, aiškus jaunimo iniciatyvų finansavimo modelis**. Pavyzdžiui, **Kėdainiuose** daugelį metų nuosekliai vykdomi jaunimo projektų konkursai, skiriamas tikslinis finansavimas jaunimo idėjoms, verslumui ir vasaros užimtumui. Tai leidžia jaunimui iš „paslaugų gavėjo“ vaidmens pereiti į „veiklos kūrėjo“ poziciją – jaunimas pats inicijuoja projektus, renginius, veiklas ir prisiima atsakomybę už jų įgyvendinimą.

Jaunimo laisvalaikis ir užimtumas

Laisvalaikio ir užimtumo srityje geriausi rezultatai pasiekiami ten, kur kuriama **visuma – erdvės, vasaros užimtumas, savanorystė, jaunimo iniciatyvų finansavimas ir duomenimis grįstas planavimas**.

Tauragės rajone jaunimo vasaros įsidarbinimo programa tapo nuolatine praktika: savivaldybė bendradarbiauja su vietos verslu ir kasmet sudaro jaunimui galimybes gauti pirmąją darbo patirtį. Tai susiję ne tik su pajamų gavimu, bet ir susipažinimu su darbo kultūra, profesiniais įgūdžiais ir vietos institucijomis, o kartu ir kuriant stipresnį ryšį su bendruomene.

Alytuje ir Klaipėdoje nuosekliai plėtojamos atvirų jaunimo erdvių ir centrų iniciatyvos. Juose jaunimas ne tik užpildo laisvalaikį, bet ir turi galimybę kurti savo veiklas, gauti palaikymą, dalyvauti kultūrinėse, sportinėse ar kūrybinėse iniciatyvose. Klaipėdos patirtis rodo, kad laisvalaikio pasiūla gali būti integruota su edukaciniais ir bendruomeniškumą stiprinančiais tikslais, o atviros erdvės tampa įgalinančia jaunimui draugiška infrastruktūra.

Kaunas yra ryškus pavyzdys, kaip jaunimo laisvalaikis ir užimtumas gali būti sąmoningai siejami su jaunimo įgalinimu ir miesto raidos procesais. Šiame mieste jaunimo politika suvokiama ne tik kaip socialinės integracijos priemonė, bet ir kaip kultūrinės bei pilietinės miesto plėtros dalis. Tokios iniciatyvos kaip neformalaus ugdymo programa „Kauno iššūkis“ ir kūrybinė programa „Jaunimo žvilgsnis“ įtraukia jaunus žmones į realių miesto problemų sprendimą, kultūrinių reiškinių tyrinėjimą ir bendruomeninių iniciatyvų kūrimą. Jaunimas šiose programose veikia ne kaip paslaugų gavėjas, o kaip aktyvus miesto pokyčių kūrėjas – dalyvauja projektuose su kultūros, švietimo ir bendruomeninėmis institucijomis (pvz., bibliotekomis), prisideda prie renginių, edukacijų ir komunikacijos sprendimų, reflektuoja miesto aplinką ir savo vaidmenį joje. Tai formuoja patirtį, kurioje jaunimas ne tik „lanko veiklas“, bet ir realiai kuria miesto socialinę ir kultūrinę aplinką.

Svarbus šių iniciatyvų aspektas – jų tęstinumas ir aiški institucinė logika. Kaune jaunimo programos vystomos kaip ilgalaikės platformos, turinčios nuoseklią ugdymo struktūrą, alumnų bendruomenes ir perkeliama metodologiją, o ne kaip pavieniai ar trumpalaikiai projektai. Toks modelis leidžia užtikrinti ne tik momentinį jaunimo išitraukimą, bet ir ilgalaikį poveikį – stiprinant pasitikėjimą savimi, pilietinį sąmoningumą, ryšį su miestu ir bendruomene. Kauno patirtis rodo, kad investicijos į jaunimo laisvalaikį gali būti strategiškai orientuotos ne į veiklų „kiekį“, bet į jų kokybę, prasingumą ir apčiuopiamą poveikį jaunimo augimui bei savivaldybės socialinio kapitalo stiprinimui.

Kita reikšminga kryptis – **laisvalaikio planavimas remiantis realiai surinktais duomenimis**. Tokie miestai kaip Kaunas, Klaipėda ar Šiauliai yra atlikę jaunimo poreikių tyrimus, kuriuose analizuota ir laisvalaikio bei užimtumo situacija. Tai leido kurti tikslingesnes iniciatyvas ir infrastruktūrą, atliepiančią skirtingų amžiaus grupių poreikius, o ne remtis vien administracinėmis prielaidomis.

Psichologinė sveikata ir emocinė gerovė

Psichologinės sveikatos ir emocinės gerovės srityje dokumentai rodo, kad didžiausią poveikį turi ne pavienės psichologinės pagalbos paslaugos, o **visa jaunimui palanki aplinka**: saugios erdvės, galimybė būti išgirstiems, palaikymo tinklai ir prevencinės programos.

Alytaus mieste plėtojamos atviros jaunimo erdvės ir mobilios veiklos veikia kaip saugus kasdienis kontaktas su jaunais žmonėmis. Jose jauni žmonės gali leisti laiką, kalbėtis su jaunimo darbuotojais, gauti emocinį palaikymą ar būti nukreipti į specialistus. **Klaipėdoje** investuota į atvirą darbą su jaunimu ir modernius darbo metodus, todėl jaunimo erdvės veikia kaip socialinės paramos tinklas, padedantis spręsti emocinius, tapatumo ir santykių iššūkius.

Savivaldybės, tokios kaip **Kaunas ar Šiauliai**, yra atlikusios jaunimo poreikių tyrimus, kuriuose nagrinėta ir emocinė savijauta, patyčių, rizikingo elgesio temos. Šių duomenų pagrindu planuojamos programos – nuo emocijų atpažinimo ir bendravimo įgūdžių ugdymo iki prevencinių

veiklų mokyklose ir bendruomenėse. Visuomenės sveikatos biurai vis aktyviau įsitraukia į grupines ir individualias psichologinės gerovės stiprinimo programas, o tai rodo, kad emocinė sveikata suvokiama kaip tarpsektorinė, ne tik sveikatos sistemos atsakomybė.

Prasminga **savanorystė** taip pat siejama su geresne emocine savijauta ir didesniu atsparumu. **Elektrėnų savivaldybė** nuosekliai užtikrina jaunimo savanoriškos tarnybos prieinamumą: jaunimas savanoriauja kultūros, sporto, bendruomeniniuose renginiuose. Tai stiprina jų savivertę, socialinius ryšius ir suteikia patirtį, kad jų indėlis yra reikšmingas – o tai tiesiogiai siejasi su emocine gerove.

Psichoaktyvių medžiagų vartojimas ir priklausomybių rizikos

Psichoaktyvių medžiagų vartojimo ir priklausomybių prevencija savivaldybėse efektyviausia tada, kai ji nėra traktuojama kaip atskira „kampanija“, bet integruojama į bendrą **jaunimo gerovės ir dalyvavimo sistemą**.

Stiprus, nuoseklus darbas su jaunimu – atviri jaunimo centrai, erdvės, mobilios ir gatvės komandos – leidžia laiku pastebėti rizikingą elgesį, suteikti emocinį palaikymą ir informuoti apie pagalbą. **Klaipėdos** patirtis rodo, kad investicijos į kvalifikuotus jaunimo darbuotojus ir atviras erdves padeda pasiekti labiausiai pažeidžiamus jaunos asmenis ir dirbti su rizikingo elgesio prevencija kasdienio kontakto lygmenyje.

Informavimo ir konsultavimo paslaugos, jaunimo informavimo taškai ir centrai, veikiantys Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, užtikrina, kad jaunimas gautų ne tik karjeros ar švietimo, bet ir psichikos sveikatos bei priklausomybių prevencijos informaciją. Nacionaliniai tyrimai apie psichoaktyvių medžiagų vartojimą rodo, kad rizikos veiksniai (elektroninės cigaretės, kelių produktų vartojimas, receptinių vaistų vartojimas be gydytojo nurodymo) yra plačiai paplitę, todėl savivaldybių veiksmai čia nėra „papildoma galimybė“, o būtina reakcija į realią situaciją.

Klaipėdos miesto savivaldybė, bendradarbiaudama su Respublikiniu priklausomybės ligų centru, 2025 m. pabaigoje organizavo nemokamų gyvų paskaitų ciklą tėvams ir globėjams. Paskaitose aptariami pirmieji narkotikų vartojimo požymiai, rizikos ir pasekmės jaunam žmogui, konstruktyvaus pokalbio su jaunu žmogumi principai ir konkretūs pagalbos šaltiniai. Tokiu būdu stiprinamas tėvų kaip prevencijos partnerių vaidmuo ir kuriamas aiškus „tiltas“ tarp šeimos, savivaldybės ir priklausomybės ligų gydymo paslaugų.

Vėl išryškėja **savanorystės** ir prasmingo dalyvavimo svarba: tokiose savivaldybėse kaip Elektrėnai, kur savanorystės sistema yra nuosekli ir stabiliai finansuojama, jaunimas turi alternatyvą rizikingam laisvalaikiiui ir galimybę įsitvirtinti bendruomenėje konstruktyviu būdu.

Galiausiai, nemaža dalis savivaldybių, ypač pusiau kaimiškose teritorijose, vykde sistemingus jaunimo situacijos tyrimus, į kuriuos įtraukė priklausomybių ir rizikingo elgesio temas, o jų rezultatus integruo į savivaldybių programas. Tai leidžia prevenciją formuoti ne apytikriai, o remiantis faktiniais duomenimis apie konkrečių savivaldybių jaunimo situaciją.

Apibendrinant gerąsias patirtis, matyti, kad **sėkmingos savivaldybės visose keturiose skalėse veikia pagal tą pačią logiką**:

- jaunimo balsas realiai įtraukiamas į sprendimus (veiksni SJRT, paritetas, viešumas, tarpsektorinės grupės);
- jaunimo iniciatyvos ir laisvalaikis remiami stabilium finansavimu, atviromis erdvėmis ir prasmingomis užimtumo formomis (vasaros įsidarbinimas, tarptautinės galimybės, savanorystė);
- psichologinė gerovė stiprinama per kasdienį palaikymą atvirose erdvėse, konsultavimą, visuomenės sveikatos biurų programas ir dalyvavimą bendruomenėje;
- psichoaktyvių medžiagų prevencija vykdoma kaip integruota jaunimo politikos dalis, paremta tarpsektoriniu bendradarbiavimu ir duomenų analize.

4.2. Europos savivaldybių gerosios praktikos jaunimo politikos planavime ir įgyvendinime

Analizuojant Kretingos rajono jaunimo politikos stiprinimo galimybes, prasminga remtis ne tik nacionalinėmis rekomendacijomis, bet ir realiais, savivaldos lygmeniu veikiančiais Europos pavyzdžiais. Šioje dalyje pristatomi gerųjų praktikų pavyzdžiai atrinkti pagal jų pritaikomumą savivaldybei, duomenimis grįstą valdymą ir tiesioginį poveikį jaunimo kasdieniam gyvenimui. Šie pavyzdžiai iliustruoja, kaip skirtingi miestai organizuoja jaunimo politiką atsižvelgiant į vietos sąlygas, kaip sudaro sąlygas dalyvauti, gerinti psichologinę sveikatą ir užtikrinti priklausomybių prevenciją ir kt.

Šioje dalyje apžvelgtos Europos savivaldybių gerosios praktikos, kurios yra:

- **Įgyvendintos savivaldybių lygmeniu**
- **Gali būti patvirtintos pasiekimais** (duomenimis grįsti)
- **Gali būti pritaikytos Kretingoje** (atsižvelgiant į dydį ir resursus)
- **Viešos ir dokumentuotos** (prieinami šaltiniai)

Gerosios praktikos suskirstytos į temines sritis, pagal pagrindines tyrime analizuojamas dimensijas:

15 lentelė. Nacionalinių jaunimo politikos dokumentų sąsajos

Sritis	GEROSIOS PRAKTIKOS
Psichikos sveikata ir prevencija	1. Iceland Planet Youth – bendruomeninis prevencijos modelis (Islandija) 2. „EstarB“ – lengvai prieinama psichologinė pagalba (Barselona, Ispanija) 3. Levenas – jaunimo gerovės stebėseną (Belgija)
Jaunimo laisvalaikis	4. Liono kultūros paso kortelė (Prancūzija)
Valdymas, dalyvavimas ir tarpsektorinė politika	5. Vaikams ir jaunimui draugiško miesto strategija (Viena, Austrija)
Savanorystė ir užimtumas	6. Mikro-savanorystė (Jungtinė Karalystė)

PSICHIKOS SVEIKATA IR PREVENCIJA

„Planet Youth“ / Islandiškas prevencijos modelis (IPM)

Reikjaviko savivaldybėje taikomas „Planet Youth“ (Islandiškas prevencijos modelis) yra vienas labiausiai duomenimis grįstų ir ilgalaikių savivaldybių lygmens jaunimo prevencijos pavyzdžių Europoje. Šis modelis jungia jaunimo užimtumą, emocinę savijautą, bendruomenės susitarimus ir nuoseklią stebėseną į vieningą sistemą. Remiantis reguliariais tyrimais ir vietos duomenimis, savivaldybės kryptingai stiprina apsauginius veiksnius (šeimos ryšius, organizuotą laisvalaikį, saugią aplinką), vengdama apsiriboti pavienėmis švietimo ar informavimo priemonėmis. Ilgalaikiai Islandijos duomenys rodo reikšmingą alkoholio, tabako ir kitų psichoaktyvių medžiagų vartojimo sumažėjimą tarp paauglių bei gerėjančią jaunimo savijautą ir įsitraukimą į pozityvias laisvalaikio veiklas.

IPM kontekstas ir esmė

„Planet Youth“ iniciatyva vykdomas IPM yra **bendruomeninis prevencijos modelis**. Šiuo metu modelis taikomas daugiau nei 80% Islandijos savivaldybių. Skirtingai nei tradicinės prevencijos programos, orientuotos į individualų elgesio „taisymą“ ar informavimą apie žalą, šis modelis remiasi prielaida, kad **jaunimo elgesį pirmiausia formuoja aplinka**: šeimos santykiai, laisvalaikio struktūra, bendraamžių grupės, mokyklos klimatas ir bendruomenės normos. Todėl pagrindinis tikslas – keisti aplinką ir kasdienes kontekstus, kuriuose jaunimas gyvena, mokosi ir leidžia laisvalaikį.

Duomenimis grįstas sprendimų priėmimas

Modelio pagrindas – **kasmetinė, anoniminė mokinių apklausa**, kuri Islandijoje apima beveik visus 8-10 klasių mokinius (dalyvauja apie 90% mokinių). Apklausos apima ne tik klausimus apie alkoholio, tabako ar kitų medžiagų vartojimą, bet ir platesnį kontekstą:

- santykius su tėvais ir šeimos palaikymą;
- laiką, praleidžiamą su šeima ir draugais;
- dalyvavimą organizuotose veiklose (sportas, menai);
- buvimą lauke vakarais ir naktimis;
- mokyklos patirtis, saugumo jausmą, emocinę savijautą.

Kiekviena savivaldybė gauna **būtent savo teritorijos rezultatus**, leidžiančius identifikuoti konkrečius rizikos ir apsauginius veiksnius. Tai sudaro pagrindą vietos situacijai pritaikytiems, o ne universaliems sprendimams, kadangi sprendimai rengiami atsižvelgiant į konkrečios teritorijos rizikos veiksnius.

Bendruomeninis veikimo modelis

„Planet Youth“ stiprybė – **platus bendruomenės įtraukimas**. Prevencija nėra tik mokyklų ar specialistų atsakomybė. Į procesą įtraukiami tėvai ir šeimos, mokyklos, savivaldybės administracija, sporto, kultūros ir neformaliojo ugdymo organizacijos, vietos bendruomenės ir savanoriai. Tyrimų rezultatai aptariami su tėvais, mokyklomis ir vietos lygmens sprendimų priėmėjais, o priemonės įgyvendinamos koordinuotai, susitarus dėl bendrų taisyklių ir prioritetų.

16 lentelė. Pagrindinės taikomos priemonės bendruomeniniame prevencijos modelyje

Tėvų susitarimai	Organizuoto laisvalaikio finansavimas	Tėvų pasivaikščiavimai
Reikjaviko savivaldybėje svarbi prevencijos dalis yra mokyklų bendruomenėse organizuojami tėvų susitarimai. Jų metu tėvams pristatomi vietos jaunimo tyrimų rezultatai ir kartu aptariamos bei sutariamos bendros taisyklės, pavyzdžiui, dėl buvimo lauke vėlai vakare („komendanto valandos“), alkoholio vartojimo draudimo nepilnamečiams namuose ar	Reikjaviko savivaldybė įgyvendina universalią laisvalaikio kuponų sistemą, kuria siekiama užtikrinti, kad visi vaikai ir paaugliai turėtų galimybę dalyvauti organizuotose, prasingose veiklose, nepriklausomai nuo šeimos finansinės padėties. Kiekvienam 6-18 metų vaikui kasmet skiriamas laisvalaikio kuponas (apie 230 Eur), kuris gali būti panaudotas sporto, muzikos, meno ar kitoms	Reikjavike taikoma „tėvų pasivaikščiavimų“ praktika grindžiama savanorišku tėvų įsitraukimu į bendruomenės gyvenimą. Savaitgalių vakarais (penktadieniais ir šeštadieniais, apie 22.00-01.00 val.) nedidelės 5-10 tėvų grupės lankosi viešose erdvėse, kuriose renkasi jaunimas. Jų tikslas – ne kontroliuoti ar bausti, o būti matomiems, bendrauti su

<p>vakarėliuose, bendravimo su tėvais ir tarpusavio informavimo.</p> <p>Pagrindinė šių susitarimų esmė – ne draudimai patys savaime, o socialinio spaudimo jaunimui mažinimas ir tėvų tarpusavio palaikymo stiprinimas. Kai dauguma tėvų laikosi bendrų susitarimų, jaunimas nebeturi galimybės remtis argumentu „kitiems leidžia“, todėl sumažėja spaudimas rizikingam elgesiui. Tuo pačiu tėvai jaučiasi ne vieni, o veikiantys kartu su kitais bendruomenės nariais, kas didina pasitikėjimą, nuoseklumą ir prevencinių priemonių veiksmingumą.</p>	<p>neformaliojo ugdymo veikloms. Kuponų lešos perduodamos tiesiogiai paslaugos teikėjui, taip užtikrinant skaidrą ir tikslingą finansavimą.</p> <p>Organizuotos veiklos vyksta prižiūrimoje aplinkoje, su suaugusiais mentorais (treneriais, mokytojais), kurie tampa pozityviais pavyzdžiais jaunimui. Taip sumažėja neorganizuoto laisvalaikio laikas ir su juo susijusios rizikos.</p> <p>Ilgalaikiai rezultatai rodo šios priemonės veiksmingumą: 1997 m. tik 24% vaikų dalyvavo organizuotose veiklose, o 2017 m. šis rodiklis išaugo iki 42%. Tyrimai taip pat atskleidžia aiškų ryšį tarp didesnio įsitraukimo į sporto ir kultūrinės veiklas bei mažesnio alkoholio ir kitų psichoaktyvių medžiagų vartojimo.</p>	<p>jaunimu ir parodyti bendruomenės rūpestį.</p> <p>Ši iniciatyva nėra susijusi su policijos veikla ar formaliu taisyklių taikymu. Tėvai veikia draugiškai, kalbasi su jaunimu, o pastebėję rizikingą elgesį (pavyzdžiui, alkoholio vartojimą) pirmiausia kreipiasi į kitus tėvus, o ne taiko sankcijas. Tokiu būdu stiprinama teigiama socialinė kontrolė ir bendruomenės atsakomybė.</p> <p>Praktika veikia todėl, kad jaunimas žino esantis matomas ir globojamas, o ne stebimas ar baudžiamas. Tai didina saugumo jausmą viešose erdvėse, mažina rizikingą elgesį ir stiprina bendruomeniškumo jausmą.</p>
--	---	--

Rezultatai ir poveikis

Ilgalaikiai Islandijos duomenys rodo reikšmingus pokyčius: per pastaruosius du dešimtmečius ženkliai sumažėjo kasdienis rūkymas, apsvaigimas nuo alkoholio ir kanapių vartojimas tarp paauglių. Pvz. 1998-2018 m. laikotarpiu kasdien rūkančių 10 klasės mokinių dalis sumažėjo nuo 23% iki 2%, apsvaigusiu nuo alkoholio – nuo 42% iki 6%, o kada nors vartojusių kanapes (marihuaną ar hašišą) – nuo 17% iki 6%, kaip rodo Islandijoje vykdomų jaunimo tyrimų („Youth in Iceland“) duomenys.

Galimas islandiško prevencijos modelio pritaikymas vietos lygmeniu

Islandiškas prevencijos modelis vertingas kaip aiški veikimo kryptis. Jo esmė – suprasti realią jaunimo situaciją ir pagal tai planuoti veiksmus. Reguliarios, nesudėtingos apklausos leidžia matyti, kas iš tiesų vyksta, kur kyla rizikos ir kokių priemonių labiausiai reikia.

Modelis remiasi požiūriu, kad prevencija veikia tada, kai keičiasi jaunimo kasdienė aplinka. Prasmingas laisvalaikis, sportas, kūrybinės veiklos ir aiškios bendruomenės taisyklės dažnai turi didesnę poveikį nei informacinės kampanijos ar draudimai. Jaunimas mažiau įsitraukia į rizikingą elgesį tada, kai turi kur būti, ką veikti ir jaučiasi prižiūrimas ne formaliai, o bendruomeniškai.

Efektyvi šio modelio dalis – bendras tėvų, mokyklų ir savivaldybės susitarimas. Kai suaugusieji veikia kartu ir laikosi panašių taisyklių, jaunimui sumažėja socialinis spaudimas, o tėvai jaučiasi labiau palaikomi. Tai nėra greitų rezultatų modelis – pokyčiai pasiekiami per nuoseklų, ilgalaikį darbą, kasmet stebint situaciją ir koreguojant priemones.

Praktiškai tai gali reikšti paprastus, bet kryptingus žingsnius: įtraukti prevencinius klausimus į jaunimo apklausas, reguliariai kalbėtis su tėvais mokyklų bendruomenėse, tikslingai remti organizuotą laisvalaikį ir periodiškai įsivertinti, ar pasirinktos priemonės iš tiesų duoda rezultatų.

„EstarB“: lengvai prieinama psichologinė pagalba jaunimui (Barselona)

Barselonos savivaldybė įgyvendina lengvai prieinamos psichologinės ir emocinės pagalbos jaunimui modelį „EstarB“, skirtą ankstyvai reakcijai į emocinius sunkumus ir jų prevencijai. Šis modelis atsirado sujungus dvi anksčiau veikusias iniciatyvas („Aquí t’ escoltem“ ir „Konsulta’m“) į vieną bendrą sistemą, orientuotą į 12-25 metų jaunas žmones, jų šeimas ir su jaunimu dirbančius specialistus.

„EstarB“ grindžiamas principu, kad emocinė pagalba turi būti pasiekiamą tada, kai jos prireikia, be sudėtingų procedūrų, gydytojo siuntimų ar stigmatizavimo. Modelis orientuotas ne į gydymą, o į prevenciją, ankstyvąją intervenciją ir emocinės gerovės stiprinimą. Jaunimas gali kryptis dėl streso, nerimo, santykių ar šeimos problemų, vienišumo ar kitų emocinių sunkumų, net ir nesant krizinės situacijos.

Paslaugos veikimo modelis

Pagrindinis „EstarB“ modelio bruožas – lengvas ir greitas pasiekiamumas. Jaunimui nereikia gydytojo siuntimo ar išankstinės registracijos – daugeliu atvejų pakanka ateiti konsultacijų valandomis arba susisiekti nuotoliniu būdu (el. paštu ar „WhatsApp“).

Paslaugos teikiamos jaunimui artimose ir saugiose vietose – jaunimo centruose ir bendruomenės vietose visame mieste, o ne tradicinėse gydymo įstaigose. Tai padeda sumažinti su psichologine pagalba dažnai siejamą baimę ir stigmą. Konsultacijos gali būti individualios arba grupinės, priklausomai nuo jauno asmens poreikių.

Jei konsultacijos metu nustatoma, kad reikalinga gilesnė ar ilgalaikė pagalba, jaunas žmogus nėra paliekamas vienas – jis palydimas ir nukreipiamas į specializuotas sveikatos ar socialines paslaugas teikiančias įstaigas.

„EstarB“ modelis apima ne tik pagalbą jaunimui, bet ir:

- konsultacijas bei paramą šeimoms, auginančioms paauglius;
- mokymus ir konsultacijas specialistams, dirbantiems su jaunais žmonėmis;
- glaudų bendradarbiavimą su vaikų ir paauglių psichikos sveikatos centrais bei, nuo 2026 m., su pirminės sveikatos priežiūros emocinės gerovės specialistais.

Paslaugą teikia psichologų ir socialinių edukatorių komandos, turinčios patirties dirbant su jaunimu ir taikančios jaunimui suprantamą, neklinikinę komunikaciją.

Rezultatai ir poveikis

„EstarB“ sėkmę lemia keli tarpusavyje susiję veiksniai: lengva prieiga, paslaugų teikimas jaunimui įprastoje aplinkoje, ankstyvosios intervencijos akcentas ir stigmos mažinimas. Tokia pagalba jaunimui suvokiama kaip natūralus palaikymas, o ne kaip „gydymas“.

Barselonos savivaldybės duomenys rodo, kad šis modelis veikia kaip efektyvi prevencinė priemonė. 2022 m. suteikta daugiau nei 4 500 individualių konsultacijų. Apie 65% jaunų žmonių nurodė, kad gauta pagalba buvo naudinga, o maždaug 40% atvejų pakako trumpalaikės konsultacijos – nebereikėjo ilgalaikės terapijos. Tai rodo, kad ankstyvas reagavimas padeda spręsti problemas dar prieš joms peraugant į rimtesnius psichikos sveikatos sutrikimus.

Paslaugų tinklas nuosekliai plėtėsi: nuo kelių pagalbų taškų 2015 m. iki 15 taškų visoje Barselonoje, taip pat ženkliai padidintas konsultacijų valandų skaičius. Tai rodo ne tik augantį poreikį, bet ir jaunimo pasitikėjimą tokio tipo pagalba.

Galimas modelio pritaikymas vietos lygmeniu

„EstarB“ pavyzdys parodo, kad savivaldybės gali sėkmingai prisidėti prie jaunimo psichologinės gerovės ir prevencijos. Lengvai prieinamos konsultacijos jaunimo centruose, bent kelias valandas per savaitę dirbantis psichologas ar specialistas, galimybė ateiti be registracijos ir aiškus ryšys su kitomis pagalbos paslaugomis – tai realūs, palyginti nedidelių kaštų sprendimai, galintys turėti reikšmingą prevencinį poveikį.

Ši praktika atskleidžia, kad psichologinė pagalba jaunimui yra veiksmingiausia kai ji:

- pasiekama greitai ir paprastai;
- teikiama jaunimui įprastoje, nestigmatizuojančioje aplinkoje;
- orientuota į prevenciją ir ankstyvą pagalbą, o ne tik į krizinių atvejų sprendimą;
- papildoma, o ne dubliuoja sveikatos sistemos paslaugas.

Tai nėra alternatyva gydymui, bet saugus ir svarbus pirmasis kontaktas, padedantis jaunam žmogui nelikti vienam su savo emociniais sunkumais.

Jaunimo gerovės stebėseną (Levenas, Belgija)

„Welzijnsmonitor“ (jaunimo gerovės stebėseną) – tai Belgijos (Flandrijos regiono) gerosios praktikos pavyzdys, rodantis, kaip reguliari ir metodologiškai nuosekli apklausa gali būti naudojama jaunų žmonių psichikos sveikatos stebėsenai ir ankstyvajai prevencijai. Ši sistema Levene skirta studentų emocinės savijautos ir gerovės vertinimui, tačiau gali būti pritaikoma ir kitoms amžiaus grupėms.

„Welzijnsmonitor“ yra periodiškai vykdoma gerovės apklausa, kurią koordinuoja Gento universitetas, pasitelkiant platformą **MoodSpace** (<https://moodspace.be/>). Apklausos tikslas – sistemingai stebėti jaunų suaugusiųjų (studentų) emocinę būklę, stresą, perdegimo riziką, vienišumą, socialinę paramą ir studijų aplinkos poveikį psichinei sveikatai.

Svarbu pabrėžti, kad sistema skirta **prevencijai ir ankstyvam sunkumų atpažinimui**, o ne klinicinei diagnostikai.

Jaunimo gerovės stebėsenos modelio veikimas

Apklausa vykdoma reguliariai, naudojant standartizuotus klausimynus, apimančius emocinės savijautos, streso, motyvacijos, socialinio ryšio ir savipagalbos temas. Surinkti duomenys apibendrinami analitinėse ataskaitose ir infografikuose, kurie vėliau panaudojami:

- planuojant psichikos sveikatos stiprinimo priemones
- koreguojant pagalbos paslaugas
- informuojant švietimo ir jaunimo gerovės specialistus.

Duomenys taip pat pateikiami viešai MoodSpace platformoje bei pristatomi ataskaitose ir naudojami sprendimų priėmimui institucijų viduje.

Rezultatai ir nauda

„Welzijnsmonitor“ stiprybė – nuoseklus emocinės gerovės stebėjimas laike, leidžiantis:

- identifikuoti didesnės rizikos temas (pvz., perdegimą, vienišumą)
- laiku nukreipti jaunus žmones į pagalbos paslaugas
- pagrįsti prevencines intervencijas duomenimis, o ne prielaidomis.

Pavyzdžiui, apklausos duomenys atskleidė, kad nemaža dalis studentų susiduria su nerimu ir depresija, taip pat su impulsyviais sunkumais, tokiais kaip savęs žalojimas, valgyimo problemos ar suicidinės mintys. Maždaug 1 iš 20 studentų patiria daug psichologinių sunkumų, kurie reikšmingai veikia jų kasdienį gyvenimą.

Taip pat nustatyta, kad psichikos sveikatos problemos dažniausiai pradeda ryškėti apie 15 metus, o alkoholio, kitų medžiagų vartojimo ir potrauminio streso problemos dažniau pasireiškia vėlesniame amžiuje – apie 18 metus.

Šie duomenys parodo, kad svarbu sistemingai stebėti jaunų žmonių emocinę savijautą bei laiku pastebėti rizikos ženklus. Ši praktika rodo, kad tikslinės apklausos gali tapti ne vien informacijos rinkimo priemone, bet praktiniu įrankiu, padedančiu kryptingai planuoti psichikos sveikatos stiprinimo veiksmus ir reaguoti į realius jaunų žmonių poreikius.

Galimas modelio pritaikymas vietos lygmeniu

„Welzijsmonitor“ patirtis gali būti naudinga ir savivaldybėms, net jei pati praktika nėra tiesiogiai perkeliama. Ji gali būti taikoma:

- kaip teminis psichikos sveikatos modulis jaunimo barometre;
- kaip pavyzdys, kaip reguliarios apklausos padeda anksti pastebėti emocinius sunkumus, su kuriais susiduria jauni žmonės;
- kaip įrodymas, kad jaunimo psichikos sveikatos stebėseną gali ir turėtų būti integruota į platesnę jaunimo politikos sistemą.

Ši praktika parodo, kad nuosekliai vykdomos apklausos gali tapti svarbia prevencijos ir sprendimų priėmimo dalimi, jei jos aiškiai susietos su tolimesniais veiksmais.

JAUNIMO LAISVALAIKIS

Kultūros paso kortelė (Carte Culture) (Lionas, Prancūzija)

Kultūros paso kortelė yra Liono miesto savivaldybės iniciatyva, skirta skatinti jaunimo dalyvavimą kultūrinėse veiklose ir padaryti jas prieinamas visiems. Ši kortelė siūlo 18-25 metų jauniems žmonėms nemokamą prieigą prie kultūrinių paslaugų – muziejų, teatrų, kino ir kitų kultūros vietų, o taip pat suteikia nuolaidas kitoms kultūrinėms veikloms. Pagrindinis šio modelio tikslas – užtikrinti, kad kultūrinis dalyvavimas būtų prieinamas visiems jaunimams, nepriklausomai nuo jų finansinių galimybių.

Modelio pristatymas

Kultūros paso kortelė skirta 18-25 metų amžiaus jaunimui, gyvenančiam arba studijuojančiam Lione. Kortelė suteikia nemokamą ir neribotą prieigą prie 6 miesto muziejų, nuolaidas teatrų ir kino bilietams, taip pat teikia nemokamą prieigą prie miesto bibliotekų ir jų skaitmeninių išteklių. Kortelės gavimas yra paprastas ir greitas: ją galima užsisakyti internetu, o fizinę kortelę galima nemokamai atsiimti miesto bibliotekose.

Kultūros paso kortelės ne tik suteikia lengvą prieigą prie kultūros, bet ir palaiko jauno žmogaus įsitraukimą į naujas veiklas. Jaunimas turi galimybę lankyti kultūrinius renginius ir užsiimti veiklomis, kurių galbūt anksčiau būtų vengęs dėl finansinių ar kitų priežasčių.

Nors viešai prieinami programos įgyvendinimo rodikliai nėra skelbiami, Liono savivaldybė šią iniciatyvą laiko svarbia kultūrinio dalyvavimo skatinimo priemone. Programos tęstinumas, plėtra ir integracija į bibliotekų bei muziejų tinklą rodo, kad modelis vertinamas kaip prasmingas viešosios politikos įrankis.

Galimas modelio pritaikymas vietos lygmeniu

Kultūros paso kortelė yra geras pavyzdys, kaip savivaldybė gali didinti jaunų žmonių įsitraukimą į kultūrą, nepriklausomai nuo šeimos finansinės padėties. Šiuo modeliu būtų galima pasinaudoti diegiant kultūros kuponų sistemą, kur jaunimas galėtų nemokamai arba su ženkliais

nuolaidomis lankytis renginiuose, muziejuose, įvairiuose kultūriniuose renginiuose, taip mažinant finansinius ir socialinius barjerus dalyvauti kultūriniame gyvenime.

Ši praktika svarbi ne tik kaip prieigos didinimo priemonė, bet ir kaip duomenimis grįstas įrankis. Naudojant kultūros kortelę galima rinkti informaciją apie jaunimo kultūrinius įpročius – kokias veiklas jie renkasi, kaip dažnai lankosi kultūros įstaigose, kurios pasiūlos formos yra patraukliausios. Tokie duomenys suteiktų savivaldybei galimybę priimti labiau pagrįstus sprendimus, planuojant kultūros pasiūlą, finansavimą ir jaunimui skirtas iniciatyvas.

Galimi pritaikymo žingsniai:

1. **Kultūros kuponai:** sukurti sistemą, pagal kurią jauni žmonės (pvz., 14-29 metų) gautų tam tikrą sumą dalyvavimui kultūrinėse veiklose (pvz., 30-50 Eur./metams).
2. **Partnerystės su kultūros įstaigomis:** užtikrinti, kad jaunimui būtų prieinamos nuolaidos ir nemokamos paslaugos (pvz., muziejai, teatro bilietai, koncertai).
3. **Paprastas užsakymo procesas:** Sukurti paprastą registracijos procesą internete ir galimybę gauti kortelę vietos kultūros, jaunimo įstaigose ar bibliotekose.

Šis modelis galėtų prisidėti prie jaunimo gerovės ir aktyvesnio įsitraukimo į kultūrinį miesto gyvenimą.

VALDYMAS, DALYVAVIMAS IR TARPSEKTORINĖ POLITIKA

Vaikams ir jaunimui draugiško miesto strategija (Viena)

Vienos vaikams ir jaunimui draugiško miesto strategija yra vienas ryškesnių savivaldybės lygmens pavyzdžių Europoje, kaip vaikų ir jaunimo politika gali būti formuojama kartu su vaikais ir jaunimu. Šios iniciatyvos pagrindas – nuostata, kad vaikų ir jaunimo gerovė nėra atskira politikos sritis, bet turi būti integruota į visas miesto sprendimų priėmimo sritis: urbanistiką, transportą, švietimą, sveikatą, saugumą, laisvalaikį ir dalyvavimą.

Strategijos atsiradimą paskatino suvokimas, kad tradiciniai sprendimai, priimami vien instituciniu lygmeniu, ne visada atliepia realius vaikų ir jaunimo poreikius. Todėl Vienos savivaldybė rengdama 2020 m. miesto strategiją, nusprendė įtraukti vaikus ir jaunimą į miesto ateities planavimą, suteikiant jiems galimybę išsakyti savo patirtis, lūkesčius ir mintis.

Kaip buvo kuriama strategija

Pirmoji Vienos vaikų ir jaunimo strategija (2020-2025 m.) buvo parengta pasitelkiant plataus masto dalyvavimo procesą „Workshop Young Vienna“. Jo metu daugiau nei 22 000 vaikų ir jaunų žmonių nuo 4 iki 19 metų dalyvavo daugiau nei 1 300 kūrybinių dirbtuvių darželiuose, mokyklose, jaunimo organizacijose ir kitose ugdymo bei bendruomenės erdvėse. Procesas buvo pritaikytas skirtingoms vaikų grupėms, įskaitant vaikus ir jaunimą su negalia, siekiant užtikrinti kuo platesnę įtrauktį.

Dirbtuvių metu vaikams ir jaunimui buvo užduodami paprasti, bet esminiai klausimai: kas mieste veikia gerai, kas kelia sunkumų, kas jiems svarbiausia dabar ir kokioje Vienoje jie norėtų gyventi ateityje. Šių atsakymų pagrindu buvo suformuluotos prioritetingos temos, kurios tapo strategijos ašimi. 2020 m. Vienos miesto taryba patvirtino strategiją ir įsipareigojo įgyvendinti joje numatytas 193 priemones.

Strategijoje išskirtos teminės sritys, apimančios vaikų ir jaunimo kasdienį gyvenimą mieste: aplinka ir klimatas, viešosios erdvės ir mobilumas, švietimas ir ateities galimybės, sveikata ir gerovė, bendruomenė ir saugumas, dalyvavimas ir demokratija, laisvalaikis ir kultūra. Vienas iš kertinių principų – planuojant naujus projektus ar iniciatyvas, vertinama, kaip jie paveiks vaikus ir jaunimą: pvz. ar viešosios erdvės saugios, ar transportas pritaikytas, ar paslaugos prieinamos ir suprantamos.

Igyvendintos priemonės

Igyvendinant 2020-2025 m. Vienos vaikams ir jaunimui draugiško miesto strategiją, mieste įgyvendintos konkrečios, kasdienį vaikų gyvenimą keičiančios priemonės: viešasis transportas buvo pritaikytas vaikams įrengiant žemesnes rankenas, pažymint prioritetines sėdimas vietas ir įvedant 30 km/h greičio ribojimus prie mokyklų; saugumui sustiprinti įrengti vaikų ūgiui pritaikyti avariniai telefonai, pagerintas apšvietimas ir sukurti saugūs, pažymėti maršrutai į mokyklas; sveikatos srityje diegtos psichikos sveikatos programos mokyklose, sudarytos galimybės nemokamai ar lengvatinėmis sąlygomis sportuoti ir skatinta sveikesnė mityba; urbanistiniu lygmeniu vykdyta žaidimų aikštelių, dviračių takų prie mokyklų plėtra ir kurtos „vaikams draugiškos gatvės“, kuriose eismas ramesnis ir aplinka pritaikyta saugiam buvimui lauke.

Strategijos tęstinumas ir naujas etapas

Ši tradicija pratęsta ir naujame strateginiame laikotarpyje. 2025 m. Viena pristatė atnaujintą vaikų ir jaunimo strategiją 2025-2030 metams. Ji buvo rengiama remiantis nauja reprezentatyvia apklausa ir vaikų bei jaunimo parlamento diskusijomis. Ruošiantis strategijai Empirinių ir socialinių tyrimų institutas (IFES) apklausė vaikus ir jaunus asmenis. 86% vaikų ir jaunimo nurodė, kad jiems patinka arba labai patinka gyventi Vienoje. Ypač palankiai buvo vertinamos laisvalaikio galimybės, viešojo transporto tinklas ir miesto aplinka. Tačiau taip pat išryškėjo sritys, kuriose, vaikų ir jaunimo nuomone, vis dar reikia pokyčių. Dažniausiai buvo minimas didesnis žaidimų aikštelių ir žaliųjų erdvių poreikis, mažesnis individualaus transporto srautas, geresnis ir patogesnis viešasis transportas, įperkamas gyvenimas bei saugumo stiprinimas.

Rezultatai ir pridėtinė vertė

Vienos strategijos reikšmingiausias rezultatas – pasikeitusi miesto valdymo kultūra. Vaikų ir jaunimo dalyvavimas tapo nuolatinė praktika, o jų nuomonė – svarbiu sprendimų priėmimo pagrindu. Strategija leido savivaldybei kryptingai planuoti priemones, pagrįstas realiais vaikų ir jaunimo poreikiais, bei užtikrinti skirtingų politikos sričių suderinamumą.

Galimas pritaikymas vietos lygmeniu

Vienos patirtis rodo, kad vaikams ir jaunimui draugiškos politikos esmė slypi ne dokumentų apimtyje ar finansiniuose mastuose, bet procese ir požiūryje. Nuoseklus vaikų ir jaunimo įtraukimas, aiškus grįžtamasis ryšys ir jų perspektyvos integravimas į skirtingas politikos sritis leidžia priimti labiau pagrįstus sprendimus, stiprinti bendruomenės ryšius ir kurti aplinką, kurioje vaikai ir jauni žmonės jaučiasi girdimi, saugūs ir svarbūs.

SAVANORYSTĖ IR UŽIMTUMAS

Mikro-savanorystė: lankstus jaunimo įsitraukimo į savanorystę modelis

Europos mastu vis dažniau kalbama apie savanorių trūkumą ir mažėjantį ilgalaikį įsipareigojimą. Mikro-savanorystė laikoma viena iš realių priemonių, galinčių praplėsti savanorystės modelius, įtraukti jaunus žmones bei išlaikyti pilietinį aktyvumą besikeičiančiame darbo ir laisvalaikio kontekste. Mikro-savanorystė – tai savanorystės forma, leidžianti žmonėms įsitraukti trumpam laikui, be ilgalaikių įsipareigojimų. Dažniausiai tai reiškia savanorystę 1-2 valandas, vienkartinės ar nereguliarias veiklas, kurias galima atlikti tada, kai žmogus turi laiko. Skirtingai nei tradicinė savanorystė, mikro-savanorystė nereikalauja nuolatinio įsipareigojimo, todėl yra ypač patraukli jauniems žmonėms.

Šis modelis pastaraisiais metais sparčiai plinta Jungtinėje Karalystėje ir vis dažniau įvardijamas kaip Gen Z kartos savanorystės forma, atliepanti jų gyvenimo būdą, studijų ir darbo derinimą bei poreikį lankstumui.

British Heart Foundation patirtis

British Heart Foundation (BHF) – viena didžiausių labdaros organizacijų Jungtinėje Karalystėje – savo labdaros parduotuvėse pastebėjo reikšmingus savanorystės pokyčius. Organizacijos 2024 m. atlikta savanorių apklausa (n = 3 068) parodė, kad:

- 73% 16-18 metų savanorių savanoriauja iki 5 valandų per savaitę, dažniausiai nereguliais, trumpais apsilankymais, prisitaikant prie savo laiko galimybių;
- savanoriai visose amžiaus grupėse vis dažniau renkasi neregulias, trumpas pamainas, vietoje įprastų fiksuotų grafikų;
- reikšmingai pasikeitė savanorių demografija: vidutinis savanorio amžius sumažėjo nuo 50 iki 30 metų (lyginant su laikotarpiu iki COVID-19 pandemijos);
- 53% naujų savanorių sudaro 16-24 metų jauni žmonės;
- 96% savanorių teigia, kad rekomenduotų savanorystę BHF kitiems.

Reaguodama į šiuos pokyčius, BHF įdiegė trumpas bandomąsias savanorystės sesijas, kurių metu jauni žmonės gali tiesiog užsukti 1-2 valandoms, be jokio ilgalaikio įsipareigojimo. Tokios sesijos vyksta tiek fizinėse parduotuvėse, tiek nuotoliniu būdu.

BHF patirtis rodo, kad mikro-savanorystė veikia, nes:

- sumažina įėjimo barjerą – nereikia „įsipareigoti iš karto“;
- atitinka jaunų žmonių fragmentuotą laiką (studijos, darbas, projektinė veikla);
- leidžia išbandyti savanorystę be spaudimo, o daliai jaunimo tai tampa pirmu žingsniu į ilgalaikį įsitraukimą;
- suteikia galimybę savanorystę derinti su kitomis gyvenimo sritimis;
- padeda organizacijoms spręsti augantį savanorių trūkumo iššūkį.

Svarbu tai, kad mikro-savanorystė **nepakeičia tradicinės savanorystės**, bet ją papildo, atverdamas duris tiems, kurie anksčiau nesijautė galintys įsitraukti.

Panašų modelį taiko ir **Healthwatch Dudley**, pasiūlęs „Micro Volunteering Challenge“ iniciatyvą. Čia savanorystė apima labai trumpas veiklas: dalyvavimą apklausose, atsiliepimų teikimą, patirties pasidalijimą apie vietos sveikatos paslaugas. Tokiu būdu gyventojai gali prisidėti prie viešųjų paslaugų gerinimo net ir skirdami vos kelias minutes. Šis pavyzdys rodo, kad mikro-savanorystė gali būti taikoma ne tik fizinėse erdvėse, bet ir skaitmeninėje aplinkoje, pvz. renkant grįžtamąjį ryšį ar stiprinant pilietinį dalyvavimą.

Galimas pritaikymas vietos kontekste

Mikro-savanorystės užduotys gali būti labai paprastos ir lengvai pritaikomos prie jaunimo galimybių bei interesų. Skaitmeninėje erdvėje tai galėtų būti plakatų ar vizualų kūrimas, trumpų „Instagram“ ar „Facebook“ įrašų rengimas, pagalba tvarkant ar atnaujinant informaciją interneto svetainėse. Gyvai – trumpalaikės aplinkos tvarkymo iniciatyvos (pvz., parko ar viešųjų erdvių švarinimas), pagalba renginiuose, skaitmeninė pagalba vyresnio amžiaus gyventojams (telefono, el. paslaugų naudojimo paaiškinimas), pagalba bendruomenės ar jaunimo centro veiklose. Visoms šioms užduotims būdinga tai, kad jos aiškiai apibrėžtos, trunka trumpai (1-2 val.), nereikalauja ilgalaikių įsipareigojimų ir leidžia jaunimui prisidėti tada, kai jie turi tam laiko.

Svarbiausia – lankstumas, aiškumas ir prasmė: jaunam žmogui turi būti aišku, kad net ir trumpas jo įsitraukimas yra vertingas ir pastebimas.

17 lentelė. Gerųjų Europos šalių praktikų santrauka

Dimensija	Savivaldybė / Šalis	Pagrindinė praktika	Esminė pamoka Kretingai	Šaltinis
Psichikos sveikata ir prevencija	Reikjavikas (Islandija)	„Planet Youth“ – bendruomeninis prevencijos modelis	Jungti laisvalaikį su gerove ir prevencija	https://planetyouth.org
Psichikos sveikata ir prevencija	Barselona (Ispanija)	„EstarB“: lengvai prieinama psichologinė pagalba jaunimui	Suteikti greitą, lengvai pasiekiamą pagalbą	https://www.barcelona.cat/joves
Psichikos sveikatos stebėseną	Levenas (Belgija)	Gerovės stebėsenos sistema	Reguliarios apklausos leidžia anksti pastebėti rizikas ir pagrįsti sprendimus	https://moodspace.be
Jaunimo laisvalaikis	Lionas (Prancūzija)	Kultūros paso kortelė („Carte Culture“)	Kultūrinė prieiga gali būti užtikrinama universaliai ir tapti duomenų šaltiniu	https://www.lvon.fr
Valdymas, dalyvavimas ir tarpsektorinė politika	Viena (Austrija)	Vaikams ir jaunimui draugiško miesto strategija	Vaikų ir jaunimo dalyvavimas gali tapti nuolatine savivaldos praktika	https://www.wien.gv.at
Savanorystė ir užimtumas	Jungtinė Karalystė	Mikro-savanorystė (BHF, Healthwatch)	Lankstūs, trumpalaikiai formatai padidina jaunimo įsitraukimą	https://www.bhf.org.uk

Apžvelgti Europos savivaldybių pavyzdžiai rodo, kad veiksminga jaunimo politika nėra grindžiama vien atskiromis programomis ar trumpalaikėmis iniciatyvomis. Didžiausią poveikį kuria nuoseklus, duomenimis pagrįstas požiūris, kai jaunimo balsas įtraukiamas į sprendimų priėmimą, paslaugos yra lengvai prieinamos, o skirtingos politikos sritys – švietimas, sveikata, laisvalaikis, kultūra ir dalyvavimas – veikia išvien. Šios praktikos taip pat parodo, kad savivaldybės, net ir neturėdamos didelių išteklių, gali pasiekti reikšmingų pokyčių, jei orientuojasi į realius jaunų žmonių poreikius, stiprina prevenciją ir vertina rezultatus remiantis duomenimis.

V SKYRIUS. IŠVADOS IR REKOMENDACIJOS

5.1. Pagrindinės išvados

5.1.1. Išvados, grindžiamos antrinių duomenų ir jaunimo politikos Kretingos rajone apžvalga

Šios išvados suformuluotos remiantis viešai prieinamais statistiniais duomenimis, nacionalinių institucijų ataskaitomis, savivaldybės strateginiais dokumentais ir jaunimo politikos įgyvendinimo vertinimo medžiaga.

1. Kretingos rajono savivaldybė jaunimo politikos srityje demonstruoja **teigiamą dinamiką ir siekį tobulėti**, ko įrodymas yra aukštas rekomenduotų užduočių įgyvendinimas (84,7 proc.) ir laipsniškas finansavimo didinimas 2026-2028 m. strateginiame veiklos plane.
2. **Nepaisant teigiamos plėtros, jaunimo politikos administravimo srityje išlieka sisteminių spragų**, susijusių su nepakankamu duomenų rinkimu, analizės nuoseklumu ir jaunimo politikos poveikio vertinimu. Tai riboja galimybes kryptingai planuoti ir vertinti ilgalaikį priemonių efektyvumą.
3. **Duomenimis grįstos jaunimo politikos plėtra turėtų būti viena iš prioritetinių tobulintinų sričių**. Pasiūlytos iniciatyvos (pvz., stebėsenos švieslentės kūrimas) rodo teigiamą kryptį, tačiau būtinas nuoseklus duomenų integravimas, atsakomybės paskirstymas ir reguliarus analizės taikymas sprendimų priėmime.
4. **Jaunimo organizacijų ir pilietinio dalyvavimo ekosistema Kretingos rajone išlieka palyginti ribota**, o turimi duomenys apie organizacijų skaičių ir veiklas nėra pilnai nuoseklūs. Tai apsunkina palyginamąją analizę su kitomis savivaldybėmis ir signalizuoja poreikį stiprinti organizacijų matomumą, veiklos tęstinumą ir duomenų tikslumą.
5. **Demografiniai pokyčiai – jaunimo skaičiaus mažėjimas ir migracija – tampa ilgalaikiu struktūriniu iššūkiu**, darančiu įtaką jaunimo politikos planavimui, paslaugų tvarumui ir bendruomenės gyvybingumui. Šie procesai reikalauja kompleksinio, tarpsektorinio požiūrio.
6. **Specifinių poreikių turinčio jaunimo dalis rajone yra reikšminga**, todėl jaunimo politika turi būti pakankamai lanksti ir diferencijuota, kad atlieptų negalią turinčių jaunų žmonių, ukrainiečių vaikų, NEET grupės ir kitų pažeidžiamų jaunimo segmentų poreikius.
7. **2026-2028 m. strateginis veiklos planas sudaro gerą pagrindą pažangai** – numatytas 23 proc. finansavimo padidėjimas per tris metus, aiškūs stebėsenos rodikliai ir konkretūs tikslai paslaugų plėtrai. Šių tikslų pasiekimas, leistų užtikrinti **kokybiškesnę, įtraukesnę ir efektyvesnę jaunimo politiką**, atitinkančią jaunimo poreikius ir demografines realijas.
8. **Projektas „Kretinga – Lietuvos jaunimo sostinė 2025“ yra reikšmingas katalizatorius jaunimo politikos matomumui ir plėtrai**. Veiklų tęstinumo užtikrinimas 2026-2028 m. strateginiame veiklos plane rodo sąmoningumą dėl projekto rezultatų tęstinumo užtikrinimo.

5.1.2. Išvados, grindžiamos empiriniu jaunimo situacijos tyrimu

Šios išvados paremtos Kretingos rajone atlikto jaunimo situacijos tyrimo rezultatais ir atspindi tyrimo dalyvavusių jaunų žmonių patirtis, nuostatas ir vertinimus.

1. **Kretingos rajono jaunimas pasižymi aukšta vidine motyvacija**, tačiau realias įsitraukimo galimybes riboja laiko, informacijos, prieinamumo ir socialinio saugumo barjerai. Tyrimas rodo, kad dauguma jaunų žmonių teigiamai vertina savanorystę, bendruomeninį dalyvavimą, neformalų ugdymą ir emocinės gerovės stiprinimą, tačiau

- realus dalyvavimas dažnai yra epizodinis. Tai leidžia daryti išvadą, kad problema slypi ne jaunimo motyvacijos stokoje, o dalyvavimo sąlygose ir įsitraukimo logikoje
2. **Jaunimo laisvalaikio ir užimtumo struktūroje ryškėja pasiskirstymas tarp aktyviai dalyvaujančio jaunimo ir atotrūkių grupių**, kurios dėl struktūrinių priežasčių rečiau įsitraukia į organizuotas veiklas. Didžioji dalis jaunimo aktyviai leidžia laisvalaikį, tačiau reikšminga dalis – ypač vyresni paaugliai ir kaimiškų teritorijų jaunimas – susiduria su laiko, informacijos, geografijos ir socialinio saugumo barjeriais. Tai formuoja nelygiavertes galimybes ir riboja ilgalaikį įsitraukimą.
 3. **Vyresniojo mokyklinio amžiaus jaunimui (15-17 m.) siūlomos veiklos ne visada atliepia jų interesus, laiką ir savarankiškumo poreikį**, todėl ši grupė dažniau lieka laisvalaikio, užimtumo veiklų sistemos periferijoje.
 4. Jaunimo dalyvavimo mechanizmai egzistuoja, tačiau dalis **jaunimo nemato savo įsitraukimo poveikio sprendimams**, o tai mažina pasitikėjimą dalyvavimo prasmingumu ir ilgalaikį įsitraukimą į dalyvavimo bei savanorystės veiklas.
 5. **Jaunimo organizacijos ir paslaugos egzistuoja, tačiau egzistuoja ribotas jų matomumas**. Jaunimo organizacijų ir savanorystės galimybės vertinamos kaip naudingos, tačiau jų matomumas, informacijos aiškumas ir įsitraukimo keliai Kretingos rajono jaunimui yra nepakankami.
 6. **Jaunimo emocinei savijautai būdingas aukštas kasdienis emocinis krūvis** – įtampa, nuovargis ir socialinė įtampa, ypač susijusi su mokyklos aplinka ir bendraamžių santykiais. Jaunimo emocinė gerovė nėra vien rizikų laukas, bet ir potencialas, kurį galima stiprinti per tinkamas paslaugas ir aplinką.
 7. **Pagalbos paieška dažniausiai apsiriboja artima socialine aplinka**, o profesionalios emocinės pagalbos sistemos išlieka menkai naudojamos dėl informacijos stokos, stigmos ir nepakankamo matomumo.
 8. **Psichoaktyvių medžiagų vartojimo srityje dominuoja normalizuota bandymų kultūra**. Psichoaktyvių medžiagų vartojimas nėra masinis, tačiau elektroninių cigarečių vartojimas jaunimo aplinkoje yra labiau normalizuotas, o alkoholis dažnai suvokiamas kaip socialinio bendravimo dalis.
 9. **Rizikingas elgesys jaunimo aplinkoje glaudžiai susijęs su socialine aplinka, gyvenimo būdu ir įsitraukimo į prasmingas veiklas stoka**.
 10. **Jaunimo situacijos iššūkiai yra sisteminiai ir tarpusavyje susiję**. Laisvalaikio prieinamumo, dalyvavimo prasmingumo, emocinės gerovės ir prevencijos spragos persidengia ir stiprina viena kitą. Tai rodo, kad jaunimo problemos negali būti sprendžiamos pavienėmis priemonėmis – būtinas nuoseklus, integruotas ir jaunimo kasdienę patirtį atliepiantis požiūris.
 11. **Jaunimo politikos iššūkis Kretingos rajone – ne paslaugų trūkumas, o jų pasiekiamumas, matomumas ir santykio su jaunimu kokybė**. Jaunimo politika rajone turi aiškų potencialą, tačiau daliai jaunimo ji išlieka „šalia“ – formaliai egzistuojanti, bet neįsitraukianti į kasdienį jaunimo gyvenimą. Ši situacija suponuoja poreikį orientotis į lengvesnius įėjimo kelius, emocinį saugumą, pasitikėjimo stiprinimą ir nuoseklų perėjimą nuo susidomėjimo prie dalyvavimo.

5.2. Rekomendacijos Kretingos rajono savivaldybei ir partneriams

Kretingos rajono jaunimo situacijos analizė atskleidžia, kad pagrindinės jaunimo politikos ir paslaugų sistemos silpnybės nėra susijusios su veiklų ar paslaugų kiekiu. Be to, Kretingos rajone veikia atviras jaunimo centras, mobilus darbas su jaunimu, vykdomos neformaliojo ugdymo ir prevencinės veiklos. Tyrimo rezultatai leidžia daryti išvadą, jog esminės problemos kyla iš **prieinamumo, matomumo, pasitikėjimo ir įsitraukimo logikos spragų**, kurios nuosekliai kartojasi skirtingose jaunimo gyvenimo srityse – laisvalaikio, dalyvavimo, emocinės gerovės ir

prevencijos kontekstuose. Kitaip tariant, jaunimui skirta infrastruktūra rajone egzistuoja, tačiau daliai jaunų žmonių ji lieka neprieinama: veiklos ir galimybės ne visada matomos ar suprantamos, dalyvavimo formos reikalauja per didelio pasirengimo, o pagalbos ir prevencijos sistemos ne visada atpažįstamos kaip saugios ir prieinamos kasdienėje jaunimo patirtyje.

Tyrimas atskleidė reikšmingą atotrūkį tarp jaunimo nuostatų ir realaus elgesio: nors didelė dalis jaunų žmonių teigiamai vertina savanorystę, bendruomeninį dalyvavimą, emocinės gerovės stiprinimą ir prevenciją, realus įsitraukimas išlieka fragmentiškas ir epizodinis arba visai neįvyksta. Tai leidžia teigti, kad problema slypi ne jaunimo motyvacijos stokoje, o **per aukštame pirmojo įėjimo slenkstyje, socialinio ir emocinio saugumo trūkume bei neaiškiuose pirmuosiuose žingsniuose**, vedančiuose nuo susidomėjimo prie realaus dalyvavimo.

Atsižvelgiant į tai, toliau pateikiamos rekomendacijos orientuotos **ne į naujų paslaugų ar veiklų kūrimą**. Jos skirtos esamų jaunimo darbo ir paslaugų formų veikimo stiprinimui, jų pasiekiamumo, lankstumo, emocinio saugumo ir nuoseklumo didinimui. Pagrindinis tikslas – ne „ pridėti dar daugiau veiklų“, o **veikti šalinant struktūrines ir psichologines kliūtis**, kurios trukdo jaunimui realiai naudotis jau esančiomis galimybėmis: aiškiau matyti pasiūlą, lengviau į ją įsitraukti, jaustis saugiai pirmojo kontakto metu ir matyti savo dalyvavimo prasmę bei poveikį.

Remiantis tyrimo duomenimis, rekomendacijos susistemintos į **kelias tarpusavyje susijusias kryptis**, kurios kartu sudaro nuoseklią jaunimo įsitraukimo, gerovės ir prevencijos ekosistemą:

- **Lengvo pirmojo įsitraukimo į veiklas formų plėtrą**, leidžiančią jaunimui pradėti dalyvavimą saugiai ir be įsipareigojimų;
- **pasiekiamumo didinimą per mobilias ir bendruomenines formas**, ypač mažiau pasiekiamose rajono teritorijose;
- **bendruomenės ir renginių panaudojimą kaip pirmuosius įsitraukimo kanalus**, stiprinančius priklausymo ir prasmingo dalyvavimo jausmą;
- **emociškai saugių, nevertinančių erdvių ir žemo slenksčio jaunimo darbo praktikų stiprinimą**, sudarančių pagrindą pasitikėjimui ir ilgalaikiam santykiui;
- **psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijos stiprinimą per santykį, palaikymą ir „po įvykio“ pagalbos logiką**, orientuotą į realias jaunimo patirtis.

Šios kryptys sudaro vientisą rekomendacijų rėmą, leidžiantį savivaldybei ir kitoms suinteresuotoms šalims bei partneriams nuosekliai planuoti pokyčius, orientuotus į **realios jaunimo patirties gerinimą**, o ne vien formalių priemonių ar veiklų skaičiaus didinimą.

1 rekomendacija. Jaunimo organizacijų ekosistemos stiprinimas per matomumą, kokybę ir bendradarbiavimą

Problema. Viešų duomenų analizė ir tyrimo rezultatai rodo, kad Kretingos rajone jaunimo organizacijų veikla nėra pakankamai matoma ir atpažįstama jaunimo kasdienėje informacinėje erdvėje. Nors organizacijos egzistuoja, daliai jaunimo jos lieka „nematomos“, o dalyvavimas jose suvokiamas kaip ribotai prieinamas ar skirtas siauram aktyvių jaunų žmonių ratui.

Rekomendacija. Rekomenduojama orientotis ne į naujų jaunimo organizacijų skaičiaus didinimą, o į esamos jaunimo organizacijų ekosistemos stiprinimą per didesnę matomumą, veiklų prieinamumą, tarpusavio bendradarbiavimą ir veiklos kokybės augimą.

Galimos įgyvendinimo kryptys:

- *stiprinti jaunimo organizacijų veiklų komunikaciją ir matomumą jaunimui įprastais kanalais (socialiniai tinklai, bendruomeniniai renginiai);*
- *skatinti bendras jaunimo organizacijų iniciatyvas, projektus ir viešus renginius, didinančius jų atpažįstamumą;*
- *teikti metodinę ir konsultacinę paramą organizacijoms veiklų planavimo, jaunimo įtraukimo ir savanorystės organizavimo klausimais;*

- sudaryti sąlygas organizacijoms naudotis bendrais resursais (erdvėmis, įranga, mentoryste), stiprinant jų tvarumą.

Tikėtinas poveikis: didesnis jaunimo organizacijų atpažįstamumas; platesnis jaunimo įsitraukimas, ypač tų, kurie šiuo metu lieka „už sistemos ribų“; stipresnė pilietinio dalyvavimo ir savanorystės kultūra rajone.

2 rekomendacija. Duomenimis ir įrodymais grįstos jaunimo politikos stiprinimas

Problema. Viešų duomenų analizė rodo, kad jaunimo politikos administravimo srityje išlieka spragų, susijusių su duomenų fragmentiškumu, ribotu jų panaudojimu sprendimų priėmimo ir nepakankamu paslaugų poveikio vertinimu. Tai riboja galimybes kryptingai planuoti jaunimo politikos prioritetus.

Rekomendacija. Sistemingai stiprinti duomenimis grįstą jaunimo politiką, užtikrinant nuoseklų duomenų rinkimą, analizę, interpretavimą ir jų taikymą planavimo bei vertinimo procesuose.

Galimos įgyvendinimo kryptys:

- užbaigti ir nuolat plėtoti jaunimo politikos stebėsenos švieslentę (Power BI), integruojant savanorystės, SJRT, jaunimo darbuotojų veiklos ir kitus aktualius duomenis;
- nustatyti aiškų duomenų atnaujinimo grafiką ir atsakomybes;
- reguliariai vykdyti Jaunimo barometro (MINI ir pilnos versijos) tyrimus bei teminius tyrimus pagal kintančias jaunimo tendencijas;
- diegti sistemingą jaunimo paslaugų poveikio vertinimą (pasitenkinimo, įsitraukimo, pasiekiamumo rodiklius);
- organizuoti periodines strategines sesijas su JRK, SJRT ir partneriais, naudojant duomenis sprendimų pagrindimui.

Tikėtinas poveikis: didesnis jaunimo politikos sprendimų pagrįstumas; aiškesnis paslaugų poveikio matymas; efektyvesnis finansinių ir žmogiškųjų išteklių panaudojimas.

3 rekomendacija. Jaunimo migracijos ir demografinių pokyčių valdymas per kompleksines priemones

Problema. Vieši demografiniai duomenys rodo jaunimo skaičiaus mažėjimą ir migracijos tendencijas, kurios ilgainiui gali turėti reikšmingą įtaką darbo rinkai, bendruomenės gyvybingumui ir jaunimo politikos tvarumui.

Rekomendacija. Jaunimo migracijos ir demografinių pokyčių klausimus spręsti kompleksiskai, derinant tyrimus, informavimą, paslaugų plėtrą ir ilgalaikes pritraukimo bei išlaikymo priemones.

Galimos įgyvendinimo kryptys:

- atlikti tikslinius tyrimus apie jaunimo išvykimo priežastis ir grįžimo motyvus;
- stiprinti jaunimo informavimą apie galimybes gyventi ir dirbti Kretingos rajone (užimtumas, būstas, paslaugos, laisvalaikis);
- plėtoti jaunų šeimų pritraukimo ir išlaikymo priemones, apimančias būsto, vaikų priežiūros, užimtumo ir laisvalaikio aspektus;
- svarstyti „grįžtančio jaunimo“ iniciatyvas, padedančias integruotis grįžusiam jaunimui;
- skatinti kaimiškų teritorijų jaunimo užimtumą per vietinį verslumą, turizmą, nuotolinio darbo galimybes.

Tikėtinas poveikis: didesnis jaunimo ryšys su rajonu; geresnės prielaidos jaunimo išlaikymui ir grįžimui; ilgalaikis bendruomenės ir jaunimo politikos tvarumas.

4 rekomendacija. Lengvo pirmojo įsitraukimo praktikų stiprinimas esamose jaunimo veiklose

Problema: Tyrimo duomenys rodo, kad reikšminga jaunimo dalis vengia ilgalaikio, formalaus ar intensyvaus įsitraukimo į veiklas, nors deklaruoja teigiamas nuostatas savanorystės, neformaliojo ugdymo ir bendruomeninių iniciatyvų atžvilgiu. Įsitraukimą dažniausiai stabdo socialinė baimė, neaiškūs pirmieji žingsniai, laiko stoka ir baimė „neatitikti“ veiklos lūkesčių. Tai leidžia daryti išvadą, kad daliai jaunimo dabartinis dalyvavimo „įėjimas“ yra per aukšto slenksčio.

Rekomendacija: rekomenduojama esamose jaunimo veiklose ir paslaugose kryptingai stiprinti **lengvo pirmojo įėjimo praktikas**, leidžiančias jaunimui pradėti dalyvavimą be išankstinių įsipareigojimų, trumpais ciklais ir su aiškiai apibrėžta pradžia bei pabaiga. Šių formatų paskirtis – sukurti saugias, aiškias ir laikinas įsitraukimo patirtis, kurios veiktų kaip pirmasis žingsnis į tęstines veiklas ar savanorystę.

Galimi formatai ir veiklos:

- *trumpi veiklų ciklai (3-4 susitikimai) su aiškia tema, pradžia ir pabaiga (pvz., „3 susitikimų DJ startas“, „4 kartų parkūro įvadas“, „3 kūrybos dirbtuvės klipui sukurti“, „4 emocinės savijautos praktikos“);*
- *vienkartinės veiklos be tęstinio įsipareigojimo, kurios leidžia ateiti „iš smalsumo“ ir nesijausti skolingam tęsti.*
- *atviros veiklos be atrankos, kad dalyvavimas neprasidėtų nuo „reikia užsiregistruoti / parašyti / prisistatyti“;*
- *„ateik su draugu“ formatų taikymas, kai veikla sąmoningai kuriama taip, kad būtų saugu ateiti dviese ar mažoje grupėje.*

Tikėtinas poveikis jaunimo patirčiai: daugiau jaunimo išdrįsta ateiti pirmą kartą; mažėja socialinės ir emocinės įsitraukimo baimės; formuojasi natūrali perėjimo trajektorija į tęstinį dalyvavimą; stiprėja pasitikėjimas jaunimo veiklų pasiūla.

5 rekomendacija. Mobiliojo darbo su jaunimu pasiekiamumo stiprinimas rajone („jaunimo autobusiukas“)

Problema. Tyrimo duomenys rodo, kad atstumas, mobilumo galimybės ir gyvenamoji vieta išlieka reikšmingais jaunimo įsitraukimo barjeriais, ypač kaimiškose vietovėse. Dėl to dalis jaunimo tampa mažiau pasiekiami, o jų dalyvavimas veiklose – epizodinis arba visai neįvyksta.

Rekomendacijos. Rekomenduojama toliau tęsti ir stiprinti **mobiliojo darbo su jaunimu modelį**, kuris reguliariai ir pagal nuspėjamą grafiką pasiektų jaunimą jų gyvenamojoje aplinkoje. Šio modelio esmė – ne pavienės išvykos, o **reguliarus, pasitikėjimu grįstas kontaktas**, leidžiantis užmegzti santykį ir atverti tolesnes įsitraukimo galimybes.

Galimos veiklos autobusiuke ar šalia jo:

- *kūrybinės ir laisvalaikio dirbtuvės (muzika, video, piešimas, fotografija);*
- *trumpalaikės savanorystės „starto“ veiklos (trumpos, 1-2 val. veiklos vietoje);*
- *neformalūs pokalbiai apie savijautą, galimybes, rūpimus klausimus (patyčias, stresą).*

Tikėtinas poveikis jaunimo patirčiai: didėja jaunimo pasiekiamumas visoje rajono teritorijoje; mažėja teritorinė nelygybė; stiprėja pasitikėjimas jaunimo paslaugomis; atsiranda natūralus perėjimas į kitas veiklas.

6 rekomendacija. Emociškai saugios pereinamosios erdvės jaunimui: nuo skaitmeninės erdvės link gyvo bendravimo

Problema. Tyrimo duomenys rodo, kad reikšminga jaunimo dalis gyvą bendravimą patiria kaip emociškai sudėtingą, o skaitmeninę erdvę – kaip saugesnę ir lengviau kontroliuojamą. Dėl socialinės įtampos, baimės būti vertinamam ar nepritapti dalis jaunimo vengia gyvų veiklų, net jei jos jiems įdomios. Staigus kvietimas „aktyviai bendrauti“ ar „įsitraukti“ daliai jaunimo veikia kaip papildomas barjeras.

Rekomendacija. Rekomenduojama stiprinti **pereinamąsias, emociškai saugias erdves ir jų praktikas**, kurios suteiktų jaunimui galimybę **būti šalia kitų be reikalavimo bendrauti ar aktyviai dalyvauti**. Pagrindinis šių erdvių tikslas – mažais žingsniais atkurti gyvo socialinio kontakto patirtį ir pasitikėjimą, kad vėliau jaunimas galėtų natūraliai pereiti į aktyvesnes veiklas.

Galimi formatai ir veiklos:

- „ateik-išeik“ buvimo laikas be programos ir be pareigos įsitraukti;
- *lėto tempo kūrybinės ar judesio veiklos, kuriose nereikia nuolatinio bendravimo;*
- *erdvės taisyklė: galima ateiti, pabūti ir išeiti, nieko neaiškinant ir niekur neužsirašant.*

Tikėtinas poveikis jaunimo patirčiai: mažėja socialinė įtampa ir gyvo kontakto vengimas; gyvas buvimas su kitais ima asocijuotis su saugumu; stiprėja pasitikėjimas aplinka ir savo galimybe dalyvauti; atsiranda pagrindas pereiti į aktyvesnes veiklas ir įsitraukimo formatus.

7 rekomendacija. Nevertinanti prevencinė kultūra ir pokalbių formatai

Problema. Psichoaktyvių medžiagų vartojimo rizikos jaunimo aplinkoje dažnai siejasi su emociniais ir socialiniais veiksniais: spaudimu pritaipyti, noru „atsijungti“, sunkumu pasakyti „ne“, ribų neturėjimu. Prevencinės priemonės, kurios jaunimui skamba kaip moralizavimas ar gąsdinimas, dažnai sukelia gynybinę reakciją, todėl nepasiekia tikslinės grupės.

Rekomendacija. Rekomenduojama stiprinti **nevertinančią prevencinę kultūrą**, kurioje su jaunimu kalbama apie situacijas, spaudimą, ribas ir sprendimus **be teisimo ir be gąsdinimo**, orientuojantis į realias patirtis ir pasirinkimų logiką. Šios rekomendacijos tikslas – ne „pamokyti“, o padėti jaunimui atpažinti rizikingas situacijas ir turėti saugesnius veikimo scenarijus.

Galimi formatai ir veiklos:

- *mažų grupių pokalbiai apie spaudimą, ribas, „ką sakyti“, „ką daryti“, kai situacija nepatogi;*
- *patirtiniai užsiėmimai apie sprendimų priėmimą ir savireguliaciją (ne paskaitos);*
- *jaunimo moderuojamos diskusijos „jaunimas jaunimui“ apie realias situacijas;*
- *aiškūs, paprasti „saugesnio pasirinkimo scenarijai“ (ką daryti, jei per daug; kaip išeiti; kaip paprašyti pagalbos).*

Tikėtinas poveikis jaunimo patirčiai: mažėja gynybinė reakcija į prevenciją; stiprėja gebėjimas atpažinti rizikingas situacijas ir spaudimą; jaunimas įgyja realius, pritaikomus sprendimų scenarijus; prevencija patiriama kaip palaikanti, o ne kontroliuojanti.

8 rekomendacija. „Po įvykio“ prevencija: saugi pagalba ir refleksija po rizikingų situacijų

Problema. Prevencija dažnai veikia „iki“, tačiau kritinis momentas jaunimui yra „po“ – po vakarėlio, konflikto ar sunkios patirties, kai pagalbos ieškojimą stabdo baimė būti nubaustam ar įvertintam.

Rekomendacija. Rekomenduojama įtvirtinti **„po įvykio“ palaikymo praktiką**, leidžiančią jaunimui kreiptis pagalbos po rizikingos patirties be kaltinimų, be formalios registracijos ir be stigmos.

Galimi formatai ir veiklos:

- „saugus pokalbis“ 1:1: trumpas, aiškiai apibrėžtas pokalbis (20-30 min.), kuriame žmogus išklauso, padeda susivokti ir, jei reikia, nukreipia toliau;
- mažų grupių refleksijos;
- aiškus „kur kreiptis po to“ kelias.

Tikėtinas poveikis jaunimo patirčiai: mažėja baimė kreiptis pagalbos; greičiau mažinamos žalos pasekmės; prevencija patiriama kaip rūpestis; stiprėja refleksavimo ir savireguliacijos gebėjimai.

9 rekomendacija. Lengvai prieinamo ir lankstaus jaunimo darbo praktikos

Problema. Dalis jaunimo vengia formalių paslaugų dėl baimės būti fiksuojamam ar vertinamam, net kai jiems reikia saugios erdvės ir kontakto.

Rekomendacija. Rekomenduojama taikyti **lengvai prieinamo ir lankstaus jaunimo darbo praktiką**, kurios esmė – galimybė ateiti ir būti be anketų, be diagnozių ir be reikalavimų.

Galimi formatai ir veiklos:

- atviros jaunimo erdvės be programos, kur galima ateiti, pabūti, išeiti bet kada, nebūnant „veiklos dalyviu“;
- neformalūs buvimo kartu laikai (pvz., atviri vakarai, popietės), kuriuose nėra struktūruotos veiklos ar tikslo;
- kontaktas be formalumo – galimybė pasikalbėti su suaugusiuoju ar jaunimo darbuotoju be registracijos, be užrašų, be „konsultacijos“ statuso.

Tikėtinas poveikis jaunimo patirčiai: mažėja gynybinė laikysena institucijų atžvilgiu; stiprėja pasitikėjimas ir emocinis saugumas; jaunimas anksčiau pasiekia pagalbą; sukuriama pagrindas tolimesniam įsitraukimui.

10 rekomendacija. Stiprinti jaunimo veiklų ir paslaugų matomumą jaunimui įprastuose kanaluose

Problema. Tyrimas atskleidžia, kad daug jaunimo nežino apie egzistuojančias jaunimo organizacijas, paslaugas ir pagalbos galimybes, nors jos realiai veikia. Informacija dažnai nepasiekia jaunimo arba nėra jiems suprantama.

Rekomendacija. Rekomenduojama peržiūrėti informacijos sklaidos strategiją ir orientuotis į **jaunimui įprastus kanalus** (socialinius tinklus, jaunimo rekomendacijas „iš lūpų į lūpas“). Informacija turėtų būti trumpa, vizuali, aiški ir orientuota į konkretų veiksmą: *kur eiti, ką veiksiu, kiek tai truks*.

Tikėtinas poveikis. Didėja paslaugų atpažįstamumas, mažėja informacinis atotrūkis tarp pasiūlos ir realaus dalyvavimo.

11 rekomendacija. Stiprinti jaunimo dalyvavimo kokybę, užtikrinant grįžtamąjį ryšį

Problema. Jaunimas dažnai jaučiasi išklausytas, bet nemato realaus savo nuomonės poveikio. Tai formuoja „išitraukimo-įtakos atotrūkį“ ir mažina pasitikėjimą dalyvavimo prasmingumu.

Rekomendacija. Savivaldybei ir švietimo įstaigoms rekomenduojama stiprinti **grįžtamojo ryšio kultūrą**, aiškiai komunikuojant, kaip jaunimo pasiūlymai buvo panaudoti, kas buvo pakeista ar kodėl tam tikri sprendimai nebuvo įgyvendinti.

Tikėtinas poveikis. Didėja pasitikėjimas institucijomis, stiprėja dalyvavimo motyvacija ir pilietinis išitraukimas.

Šios rekomendacijos sudaro nuoseklų rėmą, leidžiantį Kretingos rajono savivaldybei ir partneriams **stiprinti jau veikiančių jaunimo paslaugų poveikį**, geriau atliepti skirtingas jaunimo patirtis ir mažinti struktūrinius barjerus, kurie šiuo metu riboja dalies jaunų žmonių išitraukimą.

Šaltiniai

1. 2025 metais Kretingos rajono savivaldybei rekomenduojamos įgyvendinti jaunimo politikos sritys, užduotys ir rezultatų vertinimo kriterijai (rekomendacijos).
2. A1-469 Įsakymas dėl nacionalinės jaunimo politikos 2023-2027 metų veiksmų plano patvirtinimo. Vilnius, 2023 m. liepos 17 d.
3. British Heart Foundation. (2024). *Is micro volunteering the next Gen Z trend*. Bhf.org.uk; British Heart Foundation. Prieiga internetu: <https://www.bhf.org.uk/what-we-do/news-from-the-bhf/news-archive/2024/july/is-micro-volunteering-the-next-gen-z-trend>.
4. City, C. (2025). *Voices of the Future: Vienna's Participatory Youth Strategy in Action - Cooperative City*. Cooperative City. Prieiga internetu: <https://cooperativecity.org/voices-of-the-future-viennas-participatory-youth-strategy-in-action/>.
5. Dienos veiklos centro 2024 m. veiklos ataskaita.
6. *EstarB, the new mental health support service for teenagers and young people*. Info Barcelona. Barcelona City Council. (2025). Barcelona.cat. Prieiga internetu: https://www.barcelona.cat/infobarcelona/en/tema/teenagers-and-youth/neix-lestarb-el-nou-servei-datencio-a-la-salut-mental-per-a-joves-i-adolescents_1561495.html.
7. *EstarB*. (2025, October 25). Joves de Barcelona. Prieiga internetu: <https://www.barcelona.cat/joves/ca/estarb>.
8. *EU Youth Strategy (2019-2027)*. European Youth Portal. (2018). Prieiga internetu: https://youth.europa.eu/strategy_en
9. *European Youth Goals*. European Youth Portal. (2018). Prieiga internetu: https://youth.europa.eu/strategy/european-youth-goals_en.
10. Fenwick, T. (2025). *Volunteer Shortage in 2025: What's Causing It and How Can We Fix It?* Minehead & District U3A Society Hub. Prieiga internetu: <https://minehead-district-u3a.org.uk/volunteer-shortage-in-2025-what-s-causing-it-and-how-can-we-fix-it>.
11. *Final Declaration of the 3rd European Youth Work Convention*. (2020). Prieiga internetu: https://www.eywc2020.eu/files/downloads/doctrine/webforumveranstaltungenwebsitebundle-media-file-54/3rdeywc_finaldeclaration.pdf.
12. Guðmundsdóttir, M. L. (2024). *Icelandic prevention Model Improving Lives Based on Evidence*. Prieiga internetu: https://reykjavik.is/sites/default/files/2024-11/margret-lilja-gudmundsdottir_ipm_keynote_260924_1030.pdf.
13. *How can I volunteer?* Healthwatch Dudley. (2021). Prieiga internetu: Healthwatchdudley.co.uk. <https://www.healthwatchdudley.co.uk/how-can-i-volunteer>.
14. *Youth sector strategy 2030* (2020). Council of Europe. Prieiga internetu: <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-strategy-2030>.
15. Jaunimo politikos įgyvendinimo apžvalga 2024 (2025 m.). Jaunimo reikalų agentūra.
16. Jaunimo reikalų agentūros 2025 metų veiklos planas.
17. Kristjansson, A. L., Lilly, C. L., Thorisdóttir, I. E., Allegrante, J. P., Mann, M. J., Sigfusson, J., Soriano, H. E., & Sigfusdóttir, I. D. (2021). Testing risk and protective factor assumptions in the Icelandic model of adolescent substance use prevention. *Health Education Research*, 36(3), 309-318. <https://doi.org/10.1093/her/cyaa052>.
18. *La carte Lyon Culture*. Ville de Lyon. (2025). Prieiga internetu: <https://www.lyon.fr/sortir-et-decouvrir/se-cultiver-se-divertir/la-carte-culture>
19. *La carte Lyon Junior*. Ville de Lyon. (2025). Prieiga internetu: <https://www.lyon.fr/sortir-et-decouvrir/se-cultiver-se-divertir/la-carte-culture-junior>.
20. Lerch, V. (2025). *ICLD Learning Case: Child Participation in the City of Vienna - Development of a Child and Youth Strategy*. Prieiga internetu: <https://cdn.icld.se/wp-content/uploads/20250922105505/Learning-Case-Child-Participation-in-the-City-of-Vienna-.pdf>.

21. Lietuvos Respublikos Jaunimo politikos pagrindų įstatymas Nr. XIII-1224. (2003). Priimtas 2003 m. gruodžio 4 d. Nr. IX-1871, Vilnius.
22. *Mental Health Monitor*. (2022). MoodSpace. Prieiga internetu: <https://moodspace.be/en/welzijnsmonitor-2022-2023>.
23. Metodika, reikalinga jaunimo problematikos tyrimams savivaldybėse atlikti (2010). Vilnius.
24. OECD (2024), *OECD Youth Policy Toolkit*, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/74b6f8f3-en>.
25. Planet Youth. (2023). *The Icelandic Prevention Model – PlanetYouth*. Planetyouth.org. Prieiga internetu: <https://planetyouth.org/the-icelandic-prevention-model/>.
26. Savivaldybių skiriamas finansavimas jaunimo politikos įgyvendinimui savivaldybėje. Jaunimo reikalų agentūra (2024). Prieiga internetu: <https://jra.lt/uploads/savivaldybiu-finansavimai-jp-igyvendinimui-2025-m.xlsx>
27. United Nations Youth Strategy. (2018). Prieiga internetu: https://www.un.org/youthaffairs/sites/default/files/2024-12/Youth2030_UN%20Youth%20Strategy_EN.pdf.
28. Van Hees, V., Bruffaerts, R., Vansteenkiste, M., Flamant, N., Bootsma, E., Jansen, L. & Voorspoels, W. (2023). *Psychische gezondheid, basisbehoefte en studie-motivatie van studenten in het hoger onderwijs in Vlaanderen*. Academiejaar 2022-2023. In opdracht van de Vlaamse overheid: Brussel.
29. *Vienna Children's and Youth Strategy with Eight Themes*. (2025). Prieiga internetu: <https://www.vienna.at/vienna-childrens-and-youth-strategy-with-eight-themes/9686708>.
30. *Vienna is a child-friendly city. Best practice by Mayor Michael Ludwig and MEP Andreas Schieder*. (2021, June 21). PES Group in the European Committee of the Regions. Prieiga internetu: <https://pes.cor.europa.eu/article/vienna-child-friendly-city-best-practice-mayor-michael-ludwig-and-mep-andreas-schieder>.

Kretingos rajono jaunimo situacijos tyrimas 2025 m.

Sveikas, jaunas žmogau!

Ši apklausa skirta **Kretingos rajono 14-19 metų jaunimo situacijai** pažinti. Norime išgirsti Tavo nuomonę apie tai, kaip jautiesi gyvendamas (-a) savo aplinkoje – mokykloje, darbe, bendruomenėje, laisvalaikiu, taip pat kaip vertini savo emocinę savijautą, galimybes ir iššūkius.

Norime išgirsti Tavo nuomonę – kas šiuo metu veikia, o kas galėtų būti geriau Kretingos rajone, kad jaunimui čia būtų gera augti, mokytis, dirbti ir kurti.

Apklausa yra **anoniminė**, o duomenys bus naudojami tik apibendrintai analizei – nebus galima atpažinti nė vieno dalyvio.

Užpildyti anketą užtruksi apie 15-20 minučių.

Jei kai kurie klausimai pasirodys asmeniškai, prisimink – nėra teisingų ar neteisingų atsakymų. Mums svarbu **Tavo patirtis ir jausmai**.

Sociodemografiniai duomenys

Užpildyk pažymėdamas (-a) Tau tinkamą variantą arba įrašydamas atsakymą.

1. Lytis

- Moteris
- Vyras
- Nenoriu nurodyti

2. Amžius _____

3. Gyvenamoji vietovė

- Miestas (Kretinga, Salantai)
- Miestelis (Darbėnai, Kartena)
- Kaimo vietovė

SKALĖ – Jaunimo laisvalaikio veiklos ir užimtumas

Pažymėk, kaip dažnai užsiimi kiekviena iš toliau išvardytų veiklų:

Veikla	Labai dažnai (kelis kartus per savaitę)	Dažnai (kelis kartus per mėn.)	Kartais (kelis kartus per metus)	Retai arba niekada, bet norėčiau dažniau	Retai arba niekada, bet ir nenorėčiau
Sportuoju (sportas, šokiai, fizinis aktyvumas).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klausausi muzikos ar pats (-i) kuriu muziką.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skaitau knygas, žurnalus ar turinį internete savo malonumui.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Naudojuosi kompiuteriu, žaidžiu žaidimus ar kuriu skaitmeninį turinį.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Leidžiu laiką su draugais (gyvai ar internete).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lankausi kavinėse, parduotuvėse, renginiuose ar koncertuose.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Padedu namuose ar atlieku kitus naudingus darbus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Turiu hobį (pvz., piešimas, fotografija, kūryba, žvejyba).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lankau būrelius ar neformaliojo ugdymo veiklas (pvz., sporto, meno, debatų, kalbų klubus).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dalyvauju jaunimo organizacijų, savanorystės ar visuomeninėse veiklose.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dirbu už atlygį (pvz., vasarą ar po pamokų).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dalyvauju renginiuose ar mokymuose, skirtuose jaunimui (pvz., lyderystės, karjeros, emocinio raštingumo).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kiek neformaliojo ugdymo (būrelių, studijų, sporto ar meno veiklų) ar kitų veiklų lankai šiuo metu? Pažymėk vieną atsakymą.

- Nelankau
- 1 veiklą
- 2 veiklas
- 3 veiklas
- 4 ar daugiau veiklų

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Lankomi būreliai man įdomūs.
2. Būrelių pasirinkimas mano gyvenamoje vietoje yra pakankamas.
3. Lankomi būreliai padeda man tobulėti ar atrasti, kas man patinka.
4. Būrelių lankymas padeda geriau praleisti laiką po pamokų.
5. Man patogiu patekti į vietas, kur vyksta būreliai (atstumas, laikas).
6. Apie būrelius trūksta informacijos mano mokykloje ar mieste.
7. Norėčiau lankyti daugiau būrelių, jei jie būtų nemokami arba pigesni.
8. Norėčiau lankyti daugiau būrelių, jei jie būtų arčiau mano namų.
9. Norėčiau, kad būtų daugiau veiklų, atitinkančių mano pomėgius.

Kokių būrelių ar veiklų labiausiai trūksta Tavo mokykloje ar gyvenamoje vietoje? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Sporto veiklų

- Meninės kūrybos (muzikos, teatro, dailės ir kt.)
- Techninės kūrybos (IT, robotikos, inžinerijos)
- Lyderystės ir savanorystės veiklą
- Diskusijų, debatų klubų
- Užsienio kalbų ar pažinimo būrelių
- Naujų veiklų su šiuolaikinėmis technologijomis (AI, medijų projektai)

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Kretingos mieste ar rajone yra įdomių veiklų jaunimui.
2. Mano gyvenamojoje vietovėje pakanka vietų, kur galima praleisti laisvalaikį (pvz., sporto aikštelės, parkai, jaunimo erdvės).
3. Dauguma veiklų man prieinamos pagal kainą.
4. Kretingos mieste ir rajone yra pakankamai nemokamų veiklų jaunimui.
5. Laisvalaikio veiklos atitinka mano pomėgius ir poreikius.
6. Paprastai žinau, kur ir kada vyksta jaunimui skirtos veiklos.
7. Laisvalaikio veiklos vyksta man patogiu laiku.
8. Galėčiau dalyvauti daugiau veiklų, jei jos vyktų arčiau mano namų.
9. Galėčiau dalyvauti daugiau veiklų, jei jos būtų nemokamos arba pigesnės.
10. Galėčiau dalyvauti daugiau veiklų, jei apie jas informaciją galėčiau rasti vienoje vietoje
11. Norėčiau, kad Kretingoje ir jos rajone ar mokykloje būtų daugiau naujų veiklų ar renginių jaunimui.

Kas trukdo Tau dalyvauti veiklose? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Per brangu
- Nėra įdomių veiklų
- Nėra informacijos apie vykstančias veiklas
- Nėra laiko dėl mokslų ar darbo
- Nėra su kuo eiti ar dalyvauti
- Vyksta per toli nuo mano namų
- Jaučiuosi nepriimamas (-a) ar nejaukiai

Kokioms laisvalaikio veikloms, Tavo manymu, savivaldybė turėtų skirti daugiau dėmesio? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Sporto renginiams ir varžyboms
- Meninėms ir kūrybinėms veikloms (muzika, teatras, dailė, fotografija)
- Jaunimo stovykloms, žygiams, sąskrydžiams
- Mokymosi renginiams (lyderystė, karjera, emocinis raštingumas)
- Gatvės renginiams, koncertams, festivaliams
- Jaunimo organizacijų ir savanorystės veikloms
- Naujos technologijos, skaitmeninė kūryba, žaidimų kultūra

Iš kur dažniausiai sužinai apie jaunimui skirtas veiklas, renginius ar būrelius? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Socialiniuose tinkluose (pvz., „Instagram“, „Facebook“, „TikTok“)
- Iš draugų ar bendraamžių

- Iš mokytojų ar mokyklos darbuotojų
- Iš tėvų ar šeimos narių
- Iš jaunimo centro ar jaunimo darbuotojų
- Iš savivaldybės ar mokyklos interneto svetainių
- Iš skelbimų mokykloje, plakatuose ar afišose
- Iš vietos žiniasklaidos (radijo, laikraščio, portalo)

SKALĖ - Dalyvavimas

Perskaityk kiekvieną teiginį ir įvertink, kiek jam pritari arba kiek jis Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Mano nuomonė mokykloje yra girdima ir vertinama.
2. Žinau, kaip galiu dalyvauti mokyklos sprendimų priėmimo (pvz., savivalda, siūlymai, diskusijos).
3. Jaučiu, kad mokyklos savivalda atstovauja mokinių nuomonei.
4. Žinau, kaip jaunimas gali dalyvauti savivaldybės sprendimų priėmimo (pvz., per Jaunimo tarybą, viešas diskusijas).
5. Jaučiu, kad mano nuomonė gali turėti įtakos pokyčiams mokykloje ar bendruomenėje.
6. Man svarbu, kad jaunimo nuomonė būtų girdima priimant sprendimus mokykloje ar Kretingos savivaldybėje.

Ką, Tavo manymu, mokykla ar savivaldybė galėtų padaryti, kad jaunų žmonių balsas būtų labiau išgirstas? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Rengti daugiau susitikimų ar diskusijų su jaunimu.
- Stiprinti jaunimo tarybų veiklą ir skatinti jų narių atvirumą.
- Įtraukti mokinius į sprendimų dėl mokyklos klausimų priėmimą.
- Organizuoti apklausas, kuriose būtų galima išsakyti nuomonę.
- Teikti grįžtamąjį ryšį, kaip buvo panaudotos jaunimo idėjos.
- Skatinti mokytojus ir savivaldybės darbuotojus įtraukti jaunimą į planavimą.

Pažymėk, kiek Tau pažįstamos ir kiek esi įsitraukęs (-usi) į šių organizacijų veiklą.

Organizacija	Žinau ir dalyvauju jų veikloje	Žinau, bet nesu dalyvavęs (-usi)	Esu girdėjęs (-usi), bet mažai žinau	Nežinau tokios organizacijos
Kretingos rajono NVO asociacija „Apskritasis stalas“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kretingos Pranciškoniškojo jaunimo tarnyba	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asociacija „Kretingos jaunimo teatras“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Klaipėdos apskrities Jūros šaulių 3-iosios rinktinės 305-oji kuopa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VŠĮ „Šv. Antano dienos centras“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Lietuvos skautijos Klaipėdos krašto „Salanto draugovė“	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kretingos Jurgio Pabrėžos gimnazijos Mokinių parlamentas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Žemaitijos skautų organizacijos Kretingos tuntas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Jaučiu, kad man pakanka informacijos apie jaunimo organizacijas, veikiančias Kretingos rajone.
2. Jei norėčiau, galėčiau prisijungti prie jaunimo organizacijos ar klubo.
3. Jaunimo organizacijos yra atviros visiems, norintiems prisijungti.
4. Dalyvavimas jaunimo organizacijose padeda įgyti naujų įgūdžių ir jaustis labiau bendruomenės dalimi.
5. Man svarbu priklausyti organizacijai, kurioje galiu išsakyti savo nuomonę.
6. Norėčiau aktyviau dalyvauti jaunimo ar visuomeninėse veiklose.

Kas labiausiai trukdo Tau dalyvauti jaunimo ar visuomeninėse organizacijose?

Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Trūksta informacijos arba nežinau, kaip galima prisijungti
- Mano gyvenamoje vietoje nėra organizacijų ar veiklų
- Trūksta laiko dėl mokslų, darbo ar kitų užsiėmimų
- Organizacijos atrodo uždaros ir nepriima naujų narių
- Manau, kad tai neįdomu ar neturi prasmės
- Neturiu draugų ar pažįstamų, kurie dalyvautų
- Man atrodo, kad jaunimo nuomonės vis tiek niekas neklauso
- Dalyvavimas manęs tiesiog nedomina

Kas labiausiai paskatintų Tave įsitraukti ar aktyviau dalyvauti jaunimo organizacijų veikloje? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Įdomūs ir įkvepiantys žmonės ar vadovai organizacijose
- Draugų dalyvavimas ar kvietimas prisijungti kartu
- Galimybė įgyti naujų įgūdžių, žinių ar patirties
- Galimybė prisidėti prie teigiamų pokyčių Kretingos rajone ar savo bendruomenėje
- Veikla, kuri suteikia džiaugsmo ar prasmės jausmą
- Galimybė keliauti, dalyvauti projektuose ar mainuose
- Galimybė gauti pažymėjimą, rekomendaciją ar viešą įvertinimą
- Aiški informacija apie veiklas ir kvietimai įsitraukti

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Esu dalyvavęs (-usi) savanoriškoje ar bendruomeninėje veikloje (be atlygio, savo noru).
2. Žinau, kur Kretingos rajone galima savanoriauti ar dalyvauti pilietinėse veiklose.
3. Norėčiau išbandyti savanorystę, jei žinočiau, kur ir kaip galima prisijungti.
4. Man svarbu daryti kažką naudingo bendruomenei ar kitiems žmonėms.
5. Dalyvavimas savanorystėje padeda įgyti naujų įgūdžių ir pasitikėjimo savimi.
6. Jaučiu, kad mano dalyvavimas gali turėti įtakos pokyčiams visuomenėje.
7. Mokykloje ar savivaldybėje jaunimui sudaromos sąlygos savanoriauti ir veikti pilietiškai.

Kas labiausiai trukdo Tau dalyvauti savanoriškoje ar pilietinėje veikloje?

Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Trūksta informacijos arba nežinau, kaip prisijungti prie savanorystės veiklų
- Mano gyvenamoje vietoje nėra galimybių savanoriauti
- Trūksta laiko dėl mokslų, darbo ar kitų įsipareigojimų
- Man atrodo, kad man gali trukti reikalingų gebėjimų ar patirties
- Nežinau, ar savanorystė iš tiesų yra vertinama
- Bijau, kad nesijausiu priimtas (-a) naujoje veikloje
- Draugai ar šeima neskatina dalyvauti

Kas Tave labiausiai paskatintų įsitraukti ar aktyviau dalyvauti savanoriškoje ar pilietinėje veikloje? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Įdomios ir prasmingos veiklos ar projektai
- Aiški informacija, kur ir kaip galima prisijungti
- Galimybė padėti kitiems ir daryti pokyčius Kretingos rajone ar savo bendruomenėje
- Draugų ar bendraamžių dalyvavimas
- Įkvepiantys vadovai ar organizatoriai
- Galimybė keliauti, dalyvauti mainuose ar renginiuose
- Galimybė gauti pažymėjimą, rekomendaciją ar viešą įvertinimą

Jei esi savanoriavęs (-usi), kur tai vyko? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Mokykloje ar su mokykla susijusiose veiklose
- Jaunimo ar nevyriausybinėje organizacijoje
- Religinėje ar bendruomeninėje organizacijoje
- Socialinėse, aplinkosaugos ar kultūros iniciatyvose
- Renginiuose ar projektuose (pvz., miesto šventėse, akcijose)
- Užsienyje (pvz., „Erasmus+“ ar tarptautinė savanorystė)

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Žinau, kad Kretingos rajone veikia atviri jaunimo centrai ar atviros erdvės jaunimui.
2. Žinau, kokias paslaugas ar veiklas siūlo šie centrai.
3. Žinau, kas yra jaunimo reikalų koordinatorius ir kaip su juo susisiekti.
4. Žinau, kur rasti informaciją apie jaunimui skirtas veiklas, projektus ar galimybes Kretingos rajono savivaldybėje.
5. Man atrodo, kad jaunimo darbuotojai ir centrai padeda jauniems žmonėms spręsti išskylančias problemas.

Mobilus darbas su jaunimu – tai kai jaunimo darbuotojai vyksta į vietas, kuriose nėra jaunimo centrų, organizuoja veiklas, konsultuoja, padeda įsitraukti į bendruomenę.

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Žinau, kad Kretingos rajone vykdomas mobilus darbas su jaunimu.
2. Esu dalyvavęs (-usi) bent vienoje mobiliojo darbo su jaunimu veikloje (pvz., išvykoje, susitikime ar veikloje su jaunimo darbuotojais).
3. Šios veiklos padeda turiningai leisti laisvalaikį ir susipažinti su naujais žmonėmis.
4. Mobilūs jaunimo darbuotojai padeda sužinoti apie galimybes dalyvauti būreliuose, projektuose ar renginiuose.
5. Tokios veiklos turėtų vykti dažniau mano gyvenamojoje vietovėje.

Kas padėtų labiau įtraukti jaunus žmones į mobilaus darbo su jaunimu veiklas?

Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Daugiau informacijos apie veiklas
- Aiškesnė informacija socialiniuose tinkluose
- Galimybė pasiūlyti savo idėjas
- Daugiau įdomių veiklų (renginių, išvykų, stovyklų)
- Įkvepiantys, įdomūs ir jaunimui atpažįstami veiklų organizatoriai
- Veiklos arčiau gyvenamosios vietos
- Bendradarbiavimas su mokykla ir bendruomenėmis

„Atviras jaunimo langelis“ – tai vieta, kur galima anonimiškai palikti savo nuomonę, klausimus ar pasiūlymus, susijusius su jaunimu Kretingos rajone.

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Žinau, kad Kretingoje egzistuoja „Atviras jaunimo langelis“.
2. Esu bent kartą palikęs (-usi) pasiūlymą ar klausimą per šį kanalą.
3. Manau, kad ši priemonė padeda jaunimo balsui būti išgirstam.
4. Tokia iniciatyva turėtų būti labiau viešinama tarp jaunimo.
5. Norėčiau, kad atsakymai ar rezultatai būtų viešai prieinami jaunimui.

Kas padėtų daugiau jaunų žmonių paskatinti naudotis „Atviru jaunimo langeliu“?

Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Daugiau informacijos mokyklose ir socialiniuose tinkluose
- Greitesnis atsakymas ar aiškesnis grįžtamasis ryšys
- Galimybė anonimiškai gauti atsakymą į pateiktą klausimą
- Paprasta prieiga (pvz., QR kodas, nuoroda internete)
- Galimybė pateikti pasiūlymus ir fizinėse vietose (mokyklose, bibliotekoje)

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Jaučiu, kad savivaldybės institucijos domisi jaunimo nuomone.
2. Žinau, į ką galėčiau kreiptis, jei norėčiau pasiūlyti idėją dėl jaunimo veiklos ar pokyčių savivaldybėje.
3. Jaunimo taryba ar kitos institucijos (pvz., koordinacinės grupės) atstovauja jaunimo interesams.
4. Manau, kad jaunimo nuomonė turėtų būti dažniau prašoma sprendžiant savivaldybės klausimus.

SKALĖ - Psichologinė sveikata ir emocinė savijauta

Perskaityk kiekvieną teiginį ir įvertink, kiek jam pritari arba kiek jis Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku

1. Dažnai jaučiuosi įsitemęs (-usi) ar susirūpinęs (-usi).
2. Pastaruoju metu jaučiuosi liūdnas (-a) ar prislėgtas (-a).
3. Net jei pakankamai miegu, dažnai jaučiuosi pavargęs (-usi).
4. Dažniausiai jaučiuosi viltینگai ir tikiu, kad viskas susitvarkys.
5. Dažniausiai pasitikiu savo jėgomis.
6. Abejoju, ar esu pakankamai geras (-a).
7. Moku džiaugtis tuo, kas man pavyksta.

8. Net kai nesiseka, stengiuosi nenuleisti rankų.
9. Manau, kad turiu nemažai gerų savybių.
10. Nebijau išsakyti savo nuomonės, net jei ji skiriasi nuo kitų.
11. Mokykloje jaučiuosi ramiai ir saugiai.
12. Mokykloje jaučiuosi priimamas (-a) toks (-ia), koks (-ia) esu.
13. Kartais mokykloje patiriu patyčias ar žeminimą.
14. Socialiniuose tinkluose ar internete esu gavęs (-usi) įžeidžiančių komentarų apie save.
15. Žinau, kur galima rasti pagalbos, jei man emociškai sunku.
16. Kai man sunku, jaučiu, kad aplinkiniai mane palaiko.
17. Jei man labai sunku, nedrįsčiau kreiptis pagalbos.
18. Manau, kad pagalbos prašymas nėra silpnumo ženklas.
19. Turiu draugų, su kuriais galiu atvirai kalbėtis apie tai, ką jaučiu.

Ką mokykla ar bendruomenė galėtų padaryti, kad jaunimas jaustųsi saugesnis ir labiau priimtas? Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Organizuoti daugiau pokalbių ir veiklų apie pagarbų bendravimą bei skirtumų priėmimą.
- Aiškiai reaguoti į patyčias ir netinkamą elgesį.
- Sukurti saugias, atviras erdves mokykloje, kur galima pailsėti ar pasikalbėti.
- Įtraukti mokinius į sprendimų, susijusių su mokyklos gyvenimu, priėmimą.
- Skatinti bendras veiklas, kurios stiprina draugiškumą ir bendrystės jausmą.

Kai man sunku emociškai, dažniausiai kreipiuosi pagalbos į... Pažymėk visus tinkamus variantus.

- Tėvus ar kitus artimuosius
- Draugus (realiame gyvenime)
- Draugus ar pažįstamus socialiniuose tinkluose (pvz., „Instagram“, „Snapchat“, „Discord“ ir kt.)
- Klasės auklėtoją ar kitą mokytoją
- Mokyklos psichologą ar socialinį pedagogą
- „Jaunimo liniją“, „Vaikų liniją“ ar kitą emocinės paramos liniją
- Dirbtinio intelekto draugą / avatarą (pvz., pokalbių programėlę ar AI pagalbininką)
- Niekur nesikreipiu, stengiuosi susitvarkyti pats (-i)

Kuri pagalbos forma Tau atrodo naudingiausia, kai jauti emocinius sunkumus?

Pažymėk vieną atsakymą.

- Pasikalbėti su artimais žmonėmis (šeima, draugais)
- Kalbėtis su mokyklos specialistais (psichologu, socialiniu pedagogu, mokytoju)
- Kreiptis į emocinės pagalbos linijas („Jaunimo linija“, „Vaikų linija“ ir kt.)
- Bendrauti su draugais ar bendraminčiais socialiniuose tinkluose
- Naudotis dirbtinio intelekto draugu / avataru (pvz., pokalbių programėlėje)
- Nesu linkęs (-usi) kreiptis pagalbos, stengiuosi susitvarkyti pats (-i)

Ko labiausiai trūksta, kad galėtum lengviau gauti pagalbą, kai Tau sunku? Pažymėk vieną ar kelis variantus)

- Daugiau psichologų ar socialinių pedagogų mokykloje
- Galimybės gauti pagalbą anonimiškai
- Patikimos informacijos, kur galėčiau kreiptis
- Suaugusiųjų, kurie išklaustų be vertinimo
- Geresnio mokytojų pasirengimo atpažinti sunkumus

Didesnio bendraamžių palaikymo

SKALĖ - Psichoaktyvių medžiagų vartojimas ir priklausomybių rizikos/ gyvenimo būdas ir priklausomybės

Peržvelk kiekvieną teiginį ir pažymėk, kaip dažnai tai Tau buvo būdinga per pastaruosius 12 mėnesių. Pažymėk vieną atsakymą prie kiekvieno teiginio.

Teiginys	Niekada	Kartą ar du	Keletą kartų per metus	Kartą ar du per mėnesį	Kartą per savaitę ar dažniau
Esu rūkęs įprastas cigaretes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu rūkęs elektronines cigaretes (pvz., podus, „vapes“).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu vartojęs alkoholį (pvz., alų, sidrą, kokteilius, vyną ar stipriuosius gėrimus).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu buvęs apsvaigęs nuo alkoholio tiek, kad sutriko kalba, pusiausyva ar atmintis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu bandęs kanapių (pvz., žolės, hašišo).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu vartojęs energinių gėrimų, kad būčiau budresnis (-ė) ar išlaikyčiau dėmesį.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu vartojęs vaistų be gydytojo paskyrimo, norėdamas (-a) nusiraminti ar pagerinti nuotaiką.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esu bandęs kitų psichoaktyvių medžiagų (pvz., amfetaminų, ekstazio, kokaino ir pan.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – *Visiškai nesutinku*; 2 – *Nesutinku*; 3 – *Labiau nesutinku*; 4 – *Nei sutinku, nei nesutinku*; 5 – *Labiau sutinku*; 6 – *Sutinku*; 7 – *Visiškai sutinku*.

1. Vartojimas (rūkymas, alkoholis ar kitos medžiagos) man padeda atsipalaiduoti ar nusiraminti po įtampos.
2. Kai vartoju, lengviau susitvarkau su bloga nuotaika ar nerimu.
3. Vartoju, nes taip smagiau ar lengviau leisti laiką su draugais.
4. Kartais vartoju, nes nenoriu išsiskirti ar bijau būti atstumtas (-a) grupėje.
5. Vartoju iš smalsumo – noriu išbandyti naujus pojūčius.
6. Kartais vartoju, kad pamirščiau problemas ar rūpesčius.
7. Kai vartoju, man atrodo, kad lengviau bendrauti ar užmegzti ryšį su kitais.
8. Vartojimas padeda man „atsijungti“ nuo kasdienybės.
9. Manau, kad nedidelis vartojimas nėra labai pavojingas sveikatai.

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – *Visiškai nesutinku*; 2 – *Nesutinku*; 3 – *Labiau nesutinku*; 4 – *Nei sutinku, nei nesutinku*; 5 – *Labiau sutinku*; 6 – *Sutinku*; 7 – *Visiškai sutinku*.

1. Dauguma mano draugų vartoja bent vieną psichoaktyvią medžiagą.
2. Mano tėvai domisi, kur ir su kuo leidžiu laiką.

3. Mano tėvai ar globėjai aiškiai išreiškia lūkesčius ir vertina mano pastangas.
4. Galiu pasikalbėti su bent vienu suaugusiu žmogumi, kai man sunku.
5. Mokykloje jaučiuosi saugus (-i) ir priimtas (-a) bendruomenėje.
6. Mano mokykla ar bendruomenė skatina sveiką ir aktyvų gyvenimo būdą.
7. Jei noriu, man būtų nesunku gauti alkoholio, cigarečių ar kitų medžiagų.
8. Kai aplink kiti vartoja, galiu išlaikyti savo nuomonę ir nesekti jų pavyzdžiu.
9. Mano artimi draugai palaiko sprendimą nevartoti psichoaktyvių medžiagų.
10. Žinau, kaip elgtis, kai susiduriu su rizikingais pasiūlymais ar spaudimu iš draugų.

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Dažnai praleidžiu daugiau laiko internete, nei planavau.
2. Būdamas internete pamirštu laiką ar kitas pareigas.
3. Jaučiu įtampą ar nerimą, kai neturiu galimybės naudotis telefonu ar internetu.
4. Kai jaučiuosi blogai ar nuobodžiauju, dažnai prisijungiu prie socialinių tinklų.
5. Kartais renkuosi būti internete vietoj bendravimo su žmonėmis gyvai.
6. Dėl laiko internete prarandu miego ar dėmesio mokslams.
7. Man sunku sustabdyti naršymą, kai pradėdu.
8. Kai negaliu naudotis internetu, jaučiu dirglumą ar susierzinimą.
9. Socialiniuose tinkluose jaučiu didesnę pritarimą ar pasitikėjimą savimi, bet nusiviliu, jei nesulaukiu reakcijų.
10. Internetas man padeda pabėgti nuo kasdienio streso ar rūpesčių.

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Kai nežaidžiu, dažnai galvoju apie žaidimus ar laikiu, kada galėsiu vėl žaisti.
2. Kartais žaidžiu ilgiau, negu planavau.
3. Kai negaliu žaisti, jaučiu nerimą ar įtampą.
4. Žaisdamas prarandu laiko nuovoką.
5. Dėl žaidimų kartais pamirštu mokslus, poilsį ar kitas veiklas.
6. Žaidimai man padeda pabėgti nuo realių problemų ar blogų emocijų.
7. Bandžiau sumažinti žaidimų laiką, bet man nepavyko.
8. Kartais jaučiu kaltę dėl to, kiek laiko praleidžiu žaisdamas.
9. Dėl žaidimų pablogėjo mano dėmesys ar motyvacija mokytis.

Perskaityk toliau pateiktus teiginius ir įvertink, kiek jiems pritari arba kiek jie Tave apibūdina.

Vertinimui naudok 7 balų skalę, kur: 1 – Visiškai nesutinku; 2 – Nesutinku; 3 – Labiau nesutinku; 4 – Nei sutinku, nei nesutinku; 5 – Labiau sutinku; 6 – Sutinku; 7 – Visiškai sutinku.

1. Jei turėčiau sunkumų dėl vartojimo ar priklausomybių, žinočiau, kur kreiptis pagalbos.
2. Kretingos rajone pagalbos ir informacijos apie priklausomybes pasiekiamumas yra pakankamas.
3. Mano mokykloje ar Kretingos rajono bendruomenėje kalbama apie priklausomybes atvirai ir be moralizavimo.
4. Jaunimo nuomonė apie vartojimo problemas yra girdima ir vertinama.
5. Kretingos rajono bendruomenėje ar mokykloje yra žmonių, kuriais galiu pasitikėti ir prireikus kreiptis pagalbos.
6. Manau, kad bendraamžių palaikymas yra veiksmingesnis nei pamokymai ar draudimai.

7. Norėčiau daugiau veiklų, kurios padėtų jaunimui gerai leisti laiką be alkoholio ar rūkymo Kretingos rajone.
8. Kretingos rajono bendruomenėje jaunimas turi galimybę prisidėti prie sveikesnės aplinkos kūrimo.

Kurios priemonės, Tavo manymu, yra efektyviausios sprendžiant žalingų įpročių problemas? *Galima pažymėti kelis variantus.*

- Sporto ir aktyvaus laisvalaikio veiklos
- Pokalbiai su bendraamžiais ar grupinės veiklos
- Pokalbiai su žinomais žmonėmis, kurie atsisakė žalingų įpročių
- Specialistų paskaitos ar diskusijos
- Socialinės kampanijos, renginiai ar kūrybinės akcijos
- Jaunimo pačių inicijuotos prevencinės veiklos
- Pokalbiai su tėvais ar mokytojais
- Švietimas per mokyklos pamokas (pvz., etikos, pilietiškumo, biologijos)

Jei pats (-i) nevartoji ar nesinaudoji šiame klausimyne minėtais dalykais (medžiagomis, žaidimais, internetu), kas Tau labiausiai padeda išlikti prie savo pasirinkimo? *Galima pažymėti kelis variantus.*

- Mano asmeninis apsisprendimas ir vertybės
- Draugų palaikymas
- Šeimos požiūris ar pavyzdys
- Mokyklos ar bendruomenės veiklos
- Sportas ar kiti pomėgiai
- Nenoriu rizikuoti sveikata
- Netraukia / neturiu poreikio

Tavo nuomonė mums labai svarbi!

Ačiū, kad skyrei laiko ir atsakei į klausimus!

Tavo atsakymai padės geriau suprasti, **kaip jaučiasi, gyvena ir kokių pokyčių tikisi Kretingos rajono jaunimas.**

Dėkojame!

Šį tyrimą atlieka VšĮ Amicus Certus kartu su Kretingos rajono savivaldybės Jaunimo reikalų koordinatorė ir „Kretinga – Lietuvos jaunimo sostinė 2025“ iniciatyvos komanda, siekiant geriau suprasti jaunų žmonių poreikius.

Visi duomenys bus analizuojami anonimiškai, be galimybės atpažinti atskirus dalyvius.