

PATVIRTINTA
Vilniaus „Laisvės“ gimnazijos
2026 m. kovo 16 d. direktoriaus
įsakymu Nr. V-52 (1.3E)

**VILNIAUS „LAISVĖS“ GIMNAZIJOS
PSICHOLOGĖS IRENOS ZDANOVIČ
2026 M. VEIKLOS PLANAS**

Tikslas:

Teikti psichologinę pagalbą mokiniams, jų tėvams (globėjams) bei mokytojams, padedant jiems spręsti išskylančias emocines, bendravimo, mokymosi problemas.

Uždaviniai:

- Konsultuoti mokykloje besimokančius mokinius bei mokinių tėvus (globėjus).
- Įvertinti mokinio galias ir sunkumus, nustatyti raidos ypatumus, asmenybės ir ugdymosi problemas, bei padėti jas spręsti.
- Teikti individualią ir grupinę pagalbą elgesio, emocinių, bendravimo ir kt. sunkumų turintiems mokiniams.
- Vykdyti mokinių (vaikų), tėvų (globėjų), pedagogų švietimą vaiko raidos psichologijos, pedagoginės ir socialinės psichologijos klausimais.
- Vykdyti psichologinių problemų prevenciją: rengti, organizuoti ir įgyvendinti prevencines programas bei priemones.
- Dalyvauti Vaiko gerovės komisijos veikloje.
- Atlikti tyrimus mokyklos bendruomenei aktualiais klausimais.

Veiklos kryptys/ turinys	Realizavimo būdai	Veiksmai	Realizavimo terminas	Pastabos
Psichoprofilaktinis darbas Padėti pedagogams ir tėvams rasti tinkamiausius ugdymo būdus ir priemones, atsižvelgiant į vaikų amžių.	Pagalba mokiniams adaptacijos periodu, rekomendacijos, padedančios išvengti vaiko emocinių perkrovų.	Individualios konsultacijos, pokalbiai. Elgesio ir emocijų stebėjimas pamokų ir pertraukų metu.	Visus metus	
	Susipažinti su naujai priimtų SUP mokinių dokumentais.	Peržiūrėti PPT įvertinimo dokumentus	Visus metus	
	Pagalba I, III klasių ir naujai atvykusiems mokiniams adaptacijos periodu	Supažindinti mokinius su psichologo darbu mokykloje	Rugsėjis-Spalis	Klasės valandėlės metu
		I-ų klasių mokinių apklausa, norint nustatyti klasės mikroklimatą ir mokinių savijautą klasėje (rezultatų apdorojimas, išvadų ir rekomendacijų rašymas, skaidrių ruošimas)	Sausi -vasaris	Tyrimai: Klasių mikroklimatas Sociometrija Nerimastingumo testas Klasės valandėlės metu
		Pateikti stebėjimo ir anketavimo išvadas bendruomenei	Kovas	Mokytojams, tėvams, mokiniams (data bus patikslinta)
Renginiai, akcijos, projektai	Veiksmo savaitė „Savaitė be patyčių“	I-III klasių klasių apklausa, norint nustatyti patyčių poveikį mokinių fizinei ir psichinei sveikatai	Kovas	Tyrimai I-III klasių patyčių klausimynas II-III klasių nerimastingumo vertinimas Klasės valandėlės metu
	Pranešimas „Egzaminų baimė. Kaip ją įveikti?“	II, IV klasių mokiniams	Balandis	Klasių valandėlės metu
	Pranešimas: „Kaip nugalėti ateities nerimą?“	II-III klasių mokiniams	Birželis	Klasių valandėlės metu
	Pranešimas: „Ar žinai kodėl žmonės turi minčių apie savižudybę. Kaip padėti sau ir kitam?“	II-III klasių mokiniams	Rugsėjis	Klasių valandėlės metu

	Projektas skirtas Pasaulinei Psichikos sveikatos dienai.	Pranešimas per gimnazijos radiją LIPSA studentų pranešimai pagal atskira grafiką	Spalis	Klasių valandėlės metu
	Projektas „Tolerancija - taikos pradžia“, skirtas tolerancijos dienai	Pokalbiai, diskusijos, pranešimai	Lapkritis	I-IV klasių mokiniai
	Projektas „Mind the Mind“	Paskaitos I-IV klasių mokiniams apie psichikos sutrikimus turinčius asmenis.	Visus metus, suderinama su studentais	Klasės valandėlių metu
	DofE programa	Galimybę mokytis patirtiniu būdu ir gauti apdovanojimą	Aktyvios veiklos, savanorystės ir įgūdžių tobulinimas pagal individualų planą, bandomasis žygiai gegužės-birželio mėn.	Veiklos atliekamos savarankiškai
Informacija į gimnazijos svetainę	„Kaip padėti nuo internetinių žaidimų priklausomam paaugliui?“	Straipsnis	Kovas	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Kai pavasaris trukdo mokytis“	Straipsnis	Balandis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Egzaminų baimė“	Straipsnis	Gegužis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Kaip praleisti vasarą?“	Straipsnis	Birželis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Naujieji mokslo metai. Kaip mokytis, kad nerimas nesukaustytu pusmečio pabaigoje?“	Straipsnis	Rugsėjis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Psichinės sveikatos diena. Kaip stiprinti fizinę ir psichinę sveikatą?“	Straipsnis	Spalis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Tarptautinė tolerancijos diena. Tolerancija kitiems“	Straipsnis	Lapkritis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	„Kalėdos – sielos ir šeimos šventė“	Straipsnis	Gruodis	Informacija skirta tėvams ir vaikams
	Literatūra, filmai ir straipsniai apie paauglystę	Knygos ir filmai su aprašymais	Kovas	Sąrašą pildyti visus metus

Kvalifikacijos kėlimas	Konferencijos, seminarai, mokymai, savarankiška medžiagos paieška	Dalyvauti Ugdymo meistruose organizuotose konferencijose ir mokymuose apie įtraukųjį ugdymą. Ieškoti ir skaityti straipsnius ir knygas	Nuolat	Kelti savo kompetencijas
Psichodiagnostinis darbas Padėti formuoti asmenybės dorovines nuostatas, naudingas ir reikalingas pačiam vaikui ir visuomenei.	Mikroklimato nustatymas	I klasių mokinių tyrimas	Sausi	Klasės valandėlių metų
		Tyrimo rezultatai pristatomi bendruomenei	Kovas	Mokytojams, tėvams, mokiniams (data bus patikslinta)
	Sociometrija	I klasių mokinių tyrimas	Sausis	Klasės valandėlių metų
		Tyrimo rezultatai pristatomi bendruomenei	Balandis	Mokytojams, tėvams, mokiniams (data bus patikslinta)
	Nerimastingumo tyrimas	I klasių mokinių tyrimas	Vasaris	Klasės valandėlių metų
		Tyrimo rezultatai pristatomi bendruomenei	Balandis	Mokytojams, tėvams, mokiniams (data bus patikslinta)
	Patyčių masto įvertinimas gimnazijoje	I-IV klasių mokinių tyrimas	Kovas	Klasės valandėlių metų
		Tyrimo rezultatai pristatomi bendruomenei	Gegužė	Mokytojams, tėvams, mokiniams (data bus patikslinta)
	Gimnazijos bendruomenės mikroklimato tyrimas	I-IV klasių mokinių, tėvų, mokytojų ir techninio personalo apklausa.	Gegužė	Apklausa per Forms ar/ir popierinis variantas.
		Tyrimo rezultatai pristatomi bendruomenei	Birželis	Mokytojams, tėvams, mokiniams (data bus patikslinta)
	Padėti mokiniams tinkamai reaguoti į sunkumus.	Stebėti ir registruoti vaiko elgesį kylant problemoms.	Visus metus	Individualus pokalbiai su mokiniiais, tėvais ir pedagogais.

	Padėti mokiniams tinkamai bendrauti ir bendradarbiauti.	Mokinių stebėjimas grupėje.	Visus metus	Individualus pokalbiai su mokiniais, tėvais ir pedagogais.
	Mokinių gebėjimų ir sunkumų įvertinimas t. t. metodikomis	Individualiai	Visus metus	Individualiai teikiami rezultatai ir rekomendacijos
Vystymosi darbas Mokyti mokinius pažinti save, juos supančius žmones ir aplinkinį pasaulį.	Padėti paaugliams, turintiems savireguliacijos sunkumų, prisitaikyti mokykloje.	Elgesio stebėjimai ir registravimai	Visus metus	Individualūs pokalbiai bei patarimai mokiniui ir pedagogui.
	Padėti paaugliams, atsidūrusiems sudėtingose gyvenimo situacijose.	Individualūs pokalbiai, patarimai pedagogams.	Visus metus	Bendradarbiavimas su VPPT, Krizių centrų, SPPC ir kitais
	Padėti paaugliams suvokti savo jausmus, išreikšti juos bei įveikti įtampą.	Individualūs konsultavimai	Visus metus	Individualiai pateiktos rekomendacijos
	Padėti paaugliams, turintiems bendravimo ir bendradarbiavimo sunkumų	Individualus ir grupinis konsultavimas	Visus metus	Psichodrama, sociodrama
Konsultacinis darbas Aptarti ir nustatyti mokinio, tėvų (ar teisėtų vaiko atstovų), pedagogų problemas.	Individualūs tėvų konsultavimai (norint gauti rekomendacijas, kaip bendrauti su vaiku, adaptacijos periodu, kaip auklėti jį šeimoje arba išaiškinti vaiko mokymosi sunkumus).	Pokalbiai su tėvais	Visus metus	
	Individualūs mokinių konsultavimai (nustatant mokymosi sunkumus, netinkamo elgesio priežastis, santykių su bendraklasiais problemas, asmeninius išgyvenimus).	Pokalbiai su vaikais Testavimas Stebėjimas	Visus metus	
	Individualūs pedagogų konsultavimai (norint gauti rekomendacijas, kaip įveikti konkrečias mokymo arba elgesio problemas, nustatyti vaikui labiausiai tinkamą mokymo būdą).	Pokaltis su pedagogu	Visus metus	
Bendradarbiavimas	VPPT, SPPC, VRC, Psichikos sveikatos centrais, Krizių centrais, Lipsa, Tolerantiško jaunimo asociacija.		Visus metus	

Gimnazijos psichologė Irena Zdanovič