

**Kai vaikui reikia išgirsti: „Tu svarbus – mes šalia“.  
„Vaikų linijos“ patirtys ir įžvalgos**



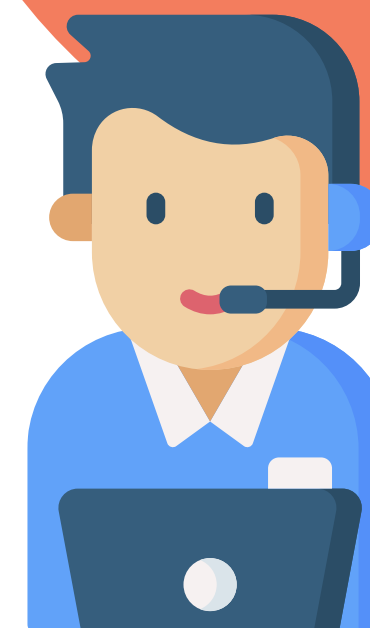
**Irmina Ribokienė, VŠĮ „Vaikų linija“ Klaipėdos padalinio  
koordinatore**

# Vaikų linija -

emocinės paramos tarnyba vaikams ir paaugliams iki 18 m. (mokyklinio amžiaus).

Vaikai gali kreiptis dėl įvairių sunkumų: nesutarimų su draugais, tėvais ar mokytojais, sunkumų moksluose, patyčių, kai jaučiasi vieniši ar nemylimi, neturi su kuo pasikalbėti.

Nemokama,  
anonimiška,  
konfidenciali  
emocinė parama



**Telefonu**

116 111  
kasdien 11-23 val.



**Pokalbiais internetu**

[www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt)  
kasdien 14-23 val.



Strateginis tikslas: Būti organizacija, kuri yra  
patraukli ir kelianti pasitikėjimą vaikams,  
atsižvelgiant į jų amžių



**Kalbėti apie emocinę gerovę ir vaikams  
aktualias temas jų kalba ir jų kanalais.**

# Pristatome **Ali ir Aiką**

Vaikų linijos personažus paukštelius paauglius







Ali

**Pomėgiai:** Riedlentės,  
vakarėliai ir  
meniška kompanija, groja  
būgnais

**Bijo:**  
Vietų kur daug žmonių, ypač  
su jais bendrauti - tada  
saugiau sulįsti į telefoną ir  
ausines.

**Įkvepiantis žmogus:**  
Akvilė Knyguolis



Aika

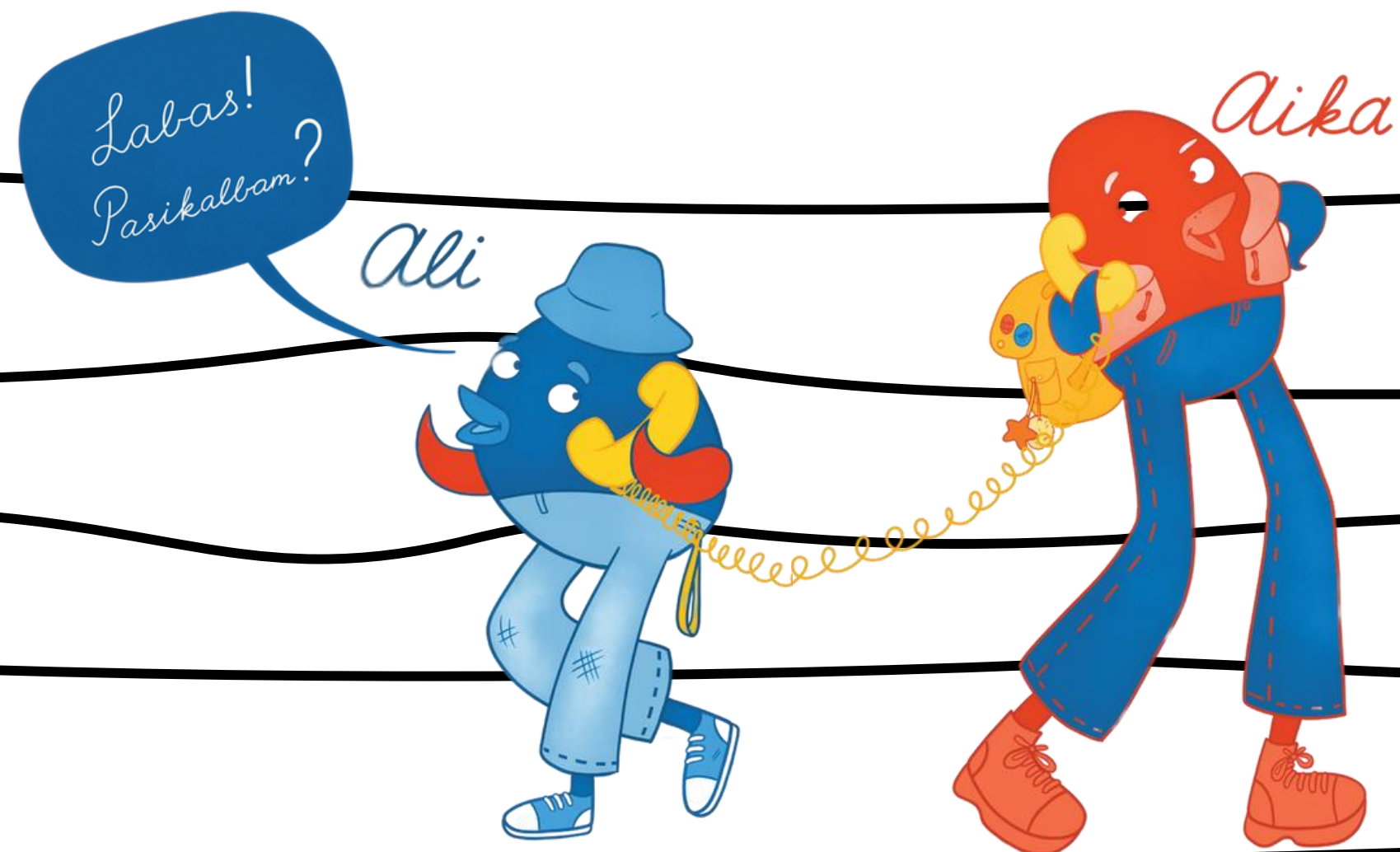
**Pomėgiai:** Krepšinis,  
veiksmo filmai,  
kompiuteriniai žaidimai.

**Bijo:**  
Likti vienišas, jaučia nerimą  
dėl klimato #FridaysForFuture

**Įkvepiantis žmogus:**  
Aurimas Valujavičius



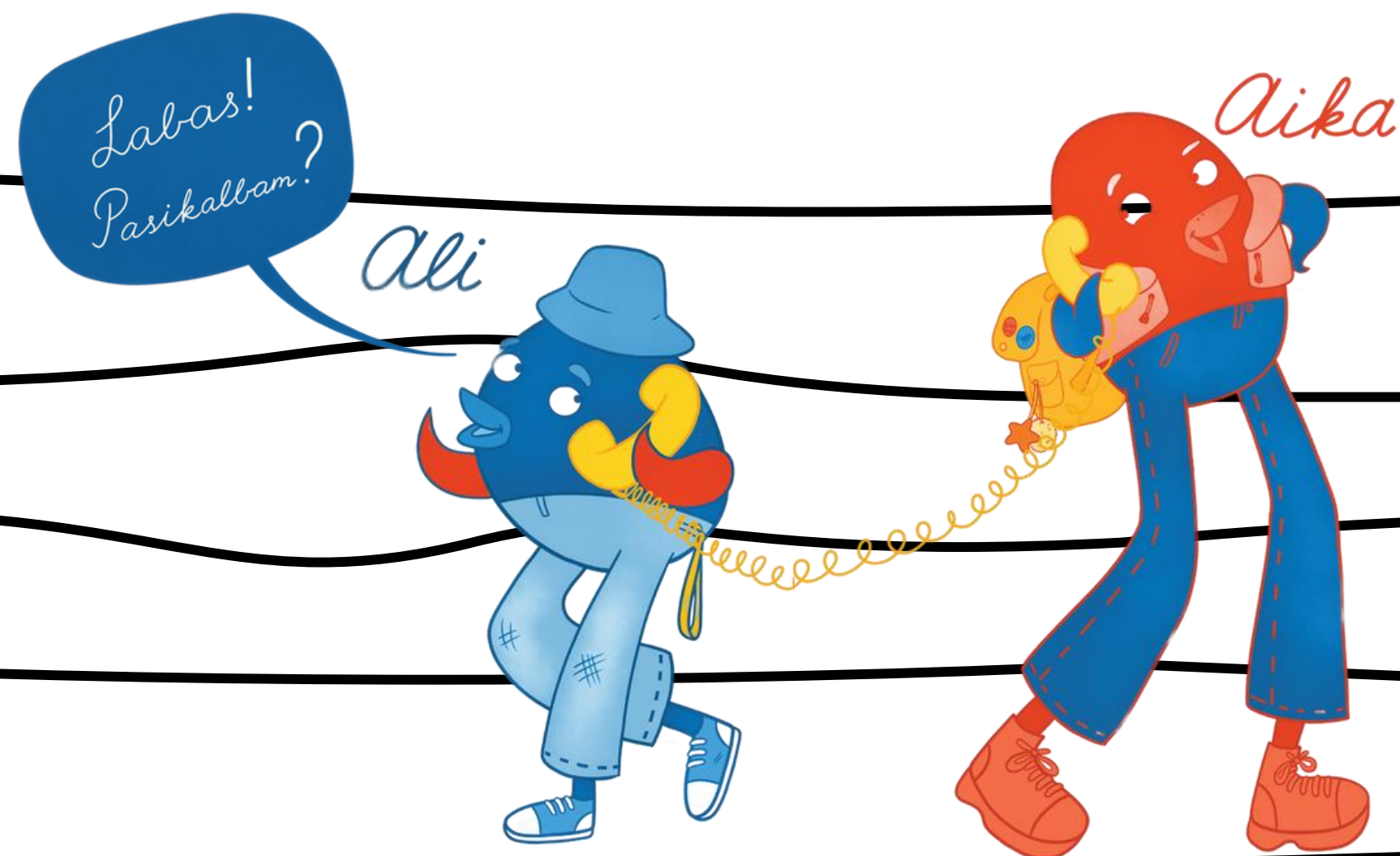
Ką jie veikia?





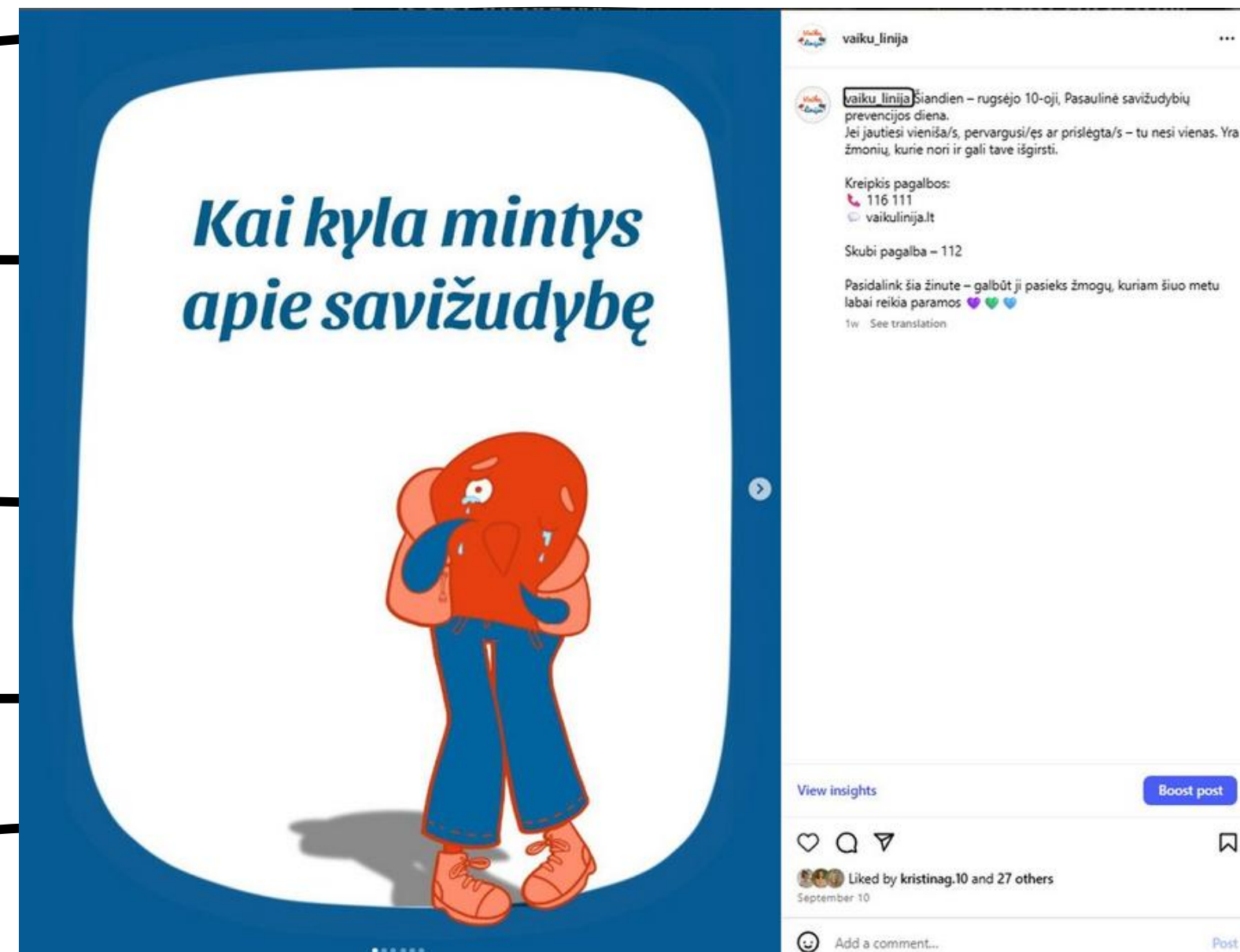
## Ką jie veikia?

Padedą **kasdien**  
**komunikuoti** apie  
emocinę paramą ir  
vaikams, paaugliams  
aktualias temas.



# Kur?

- Socialinėje medijoje,
- Vaikų linijos svetainėje
- Integracijose su partneriais





## Kur?

- Socialinėje medijoje,
- Vaikų linijos svetainėje
- Integracijose su partneriais



## Kur?

- Socialinėje medijoje,
- Vaikų linijos svetainėje
- Integracijose su partneriais



# Kaip?

komiksų forma  
nagrinėja vaikams  
aktualias temas



Dėl ko prie  
Aikos kabinėjasi  
bendraklasiai?

**Vaiku Linija**  
116 111 | vaikulinija.lt



## Kas dar?

Įtraukia vaikus ir  
paauglius (net  
suaugusius)

**KON-KUR-SAS!!!!**

**KONKURSAI!**  
Sugalvok komikso pabaigą ir laimėk prizų!

OMG BUBBLE TEA

ACTION by Apollo

Kaš per...  
A+A=♥  
gėjai!!!

Kaš nutiko  
toliau?

Pabaik  
istoriją!

SIŪSK  
VAIKŲ LINIJAI  
SAVO VARIANTĄ!

Vaikų linija  
116 111 | vaikulinija.lt



Tomas Dirgė



Edvinas Krupinskas



**O Ali ir Aika  
gyvena tik  
skaitmenoje?**

**VEIKLOS**







## Ali ir Aiką gyvai





**Kas dar padeda labiau išgirsti vaikus?**

**Vaikų linijos patarėjų komanda**



## Patarėjų komanda





# Kas jie?

- Patarėjų komanda padeda pastebėti naujausias vaikų ir paauglių gyvenimo tendencijas ir užtikrina, kad jaunų žmonių nuomonė būtų girdima, o jų realijos ir iššūkiai – suprasti.
- Patarėjų įžvalgos leidžia pritaikyti Vaikų linijos žinutę taip, kad ji būtų suprantama ir įdomi vaikams bei paaugliams, skatinant juos kreiptis pagalbos.
- 2024 metais veikė jau antroji Patarėjų komandos kadencija, 20 jaunuolių nuo 13 iki 19 metų. Patarėjai keturis kartus per metus rinkosi į susitikimus iš Vilniaus, Kauno, Šiaulių, Varėnos, Trakų, Jiezno, Ukmergės, Utenos, Raseinių, Molėtų miestų ir rajonų, o kartą per mėnesį susitikdavo nuotoliu.



# Arčiau vaikų

## Susitikimai su mokiniais

Kasmet vis daugiau mokinių su Vaikų linija susipažįsta savo klasėse.

Per 2024 m. Vaikų linijos savanoriai ir darbuotojai pamokas vaikams apie emocinę paramą ir Vaikų linijos veiklą vedė 297 kartus, apėmė daugiau nei 6200 mokinių.

127 pamokas vedėme Vilniaus mokyklose, šią veiklą finansavo Vilniaus miesto savivaldybė.

Taip pat savanoriai svečiavosi mokyklose Kauno, Klaipėdos, Šiaulių, Šilutės, Kelmės, Kėdainių, Utenos rajonuose.





## „Pokalbių gidas“

Drauge sukūrėme naują komunikacinį žaidimą šeimoms „**Kaip tau sekėsi?**“





## **Vaikų linijos komanda**





Kaiku linija





# Emocinė parama trumpai

## Skambučiai

Atsiliepėme į 81 876 vaikų skambučius.  
Galime atsiliepti 8 iš 10 skambučių.

## Pokalbiai internetu

Įvyko 10 915 pokalbių internetu.  
Tai yra 23 % daugiau nei prieš metus.

Atsiliepiamumo procentas išlieka – 77 %.

## Besikreipiančiųjų lytis ir amžius

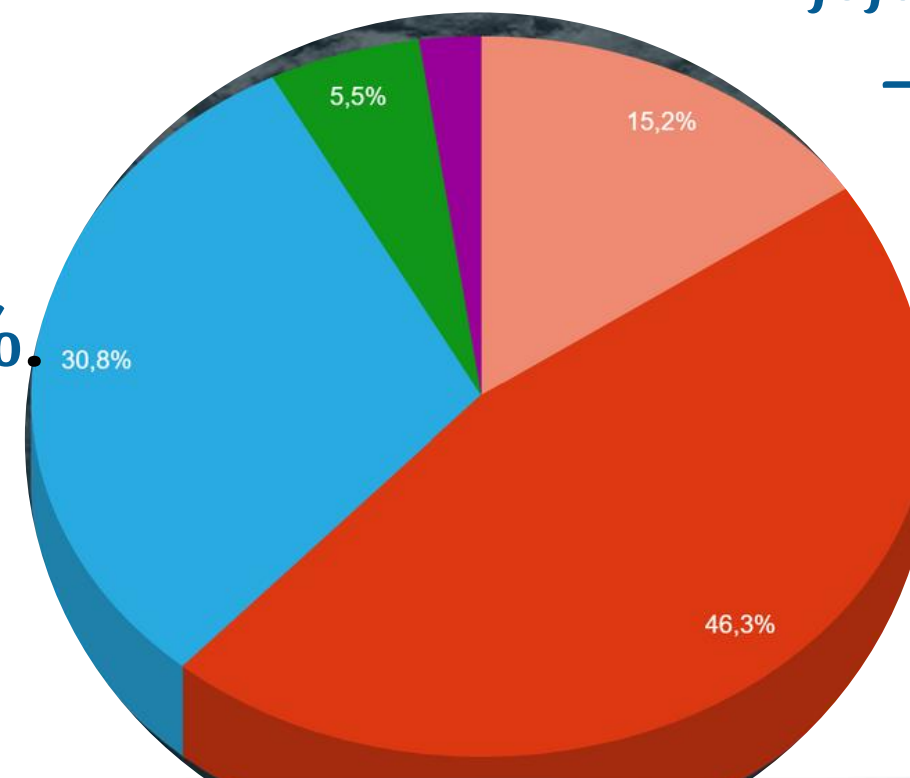
### Besikreipiantys vaikai pagal lytį

Berniukai 42 proc., mergaitės 27 proc. nežinoma 31 proc.

### Emocinės paramos į Vaikų liniją

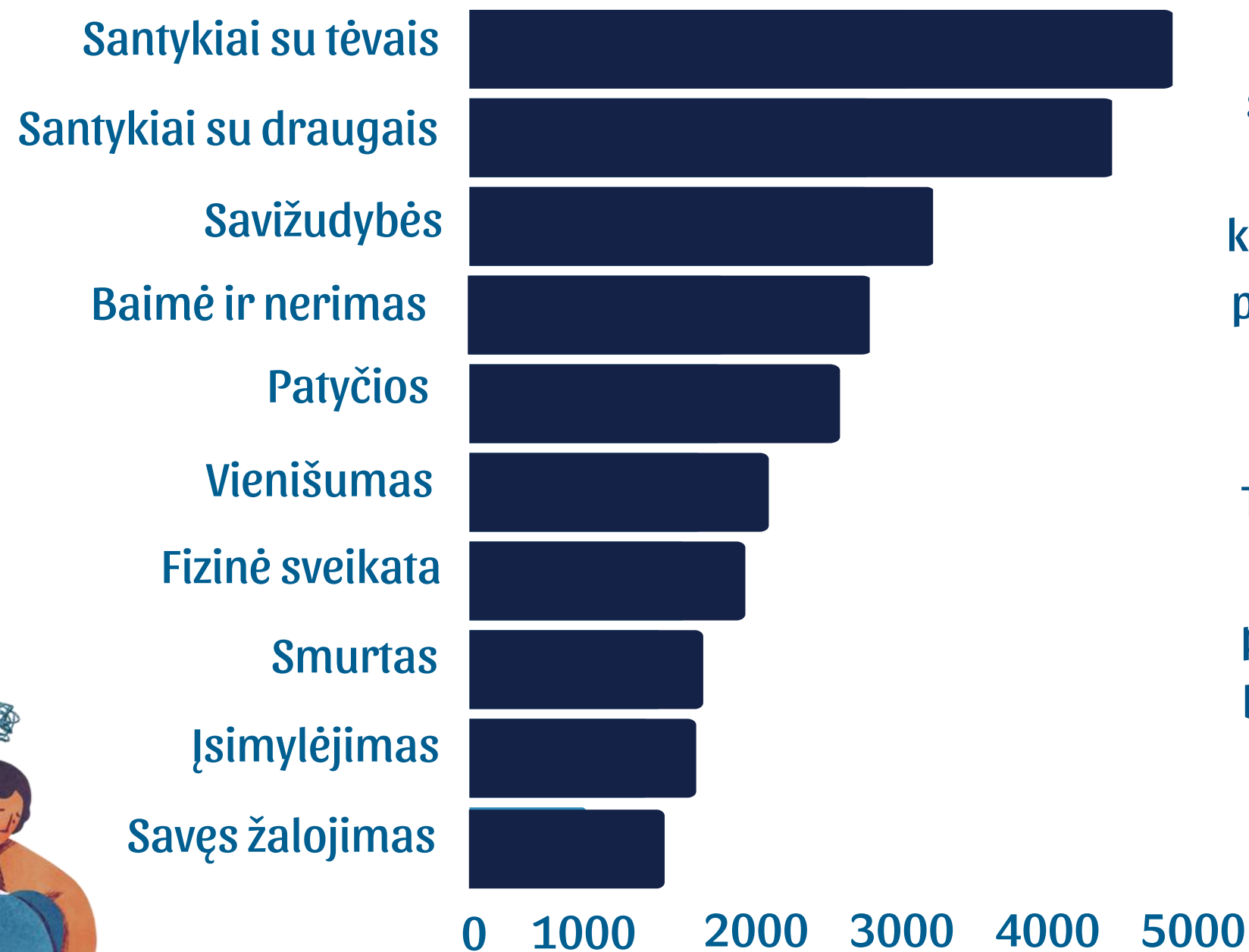
dažniausiai kreipiasi paaugliai

8 iš 10 konsultacinių pokalbių Vaikų  
linijoje vyksta su 11–18 metų paaugliais  
– tiek telefonu, tiek internetu.





# Dažniausiai vaikų minėti sunkumai 2024 m.



Per pandemiją ir pora metų po jos stebėjome sunkėjančias pokalbių temas, pirmoje vietoje buvo savižudybės ir nenoras gyventi, vaikai dažniau kalbėdavo apie vienišumą, baimę ir nerimą. 2024 m. pokalbių apie nenorą gyventi pamažėjo net 27 proc., taip pat penktadaliu mažiau kalbėta apie savižalą, rečiau girdėjome ir apie nerimą bei baimę. Tačiau didesnio aktualumo sulaukia patyčių tema – vaikai ir paaugliai 26 proc. dažniau kreipėsi dėl patyčių, 17 proc. daugiau kalbėjo apie santykius su bendraamžiais. O santykių su tėvais tema stabiliais laikosi pirmoje dešimtuko vietoje.



**Ką apie savo  
emocinę sveikatą  
pasakoja vaikai?**

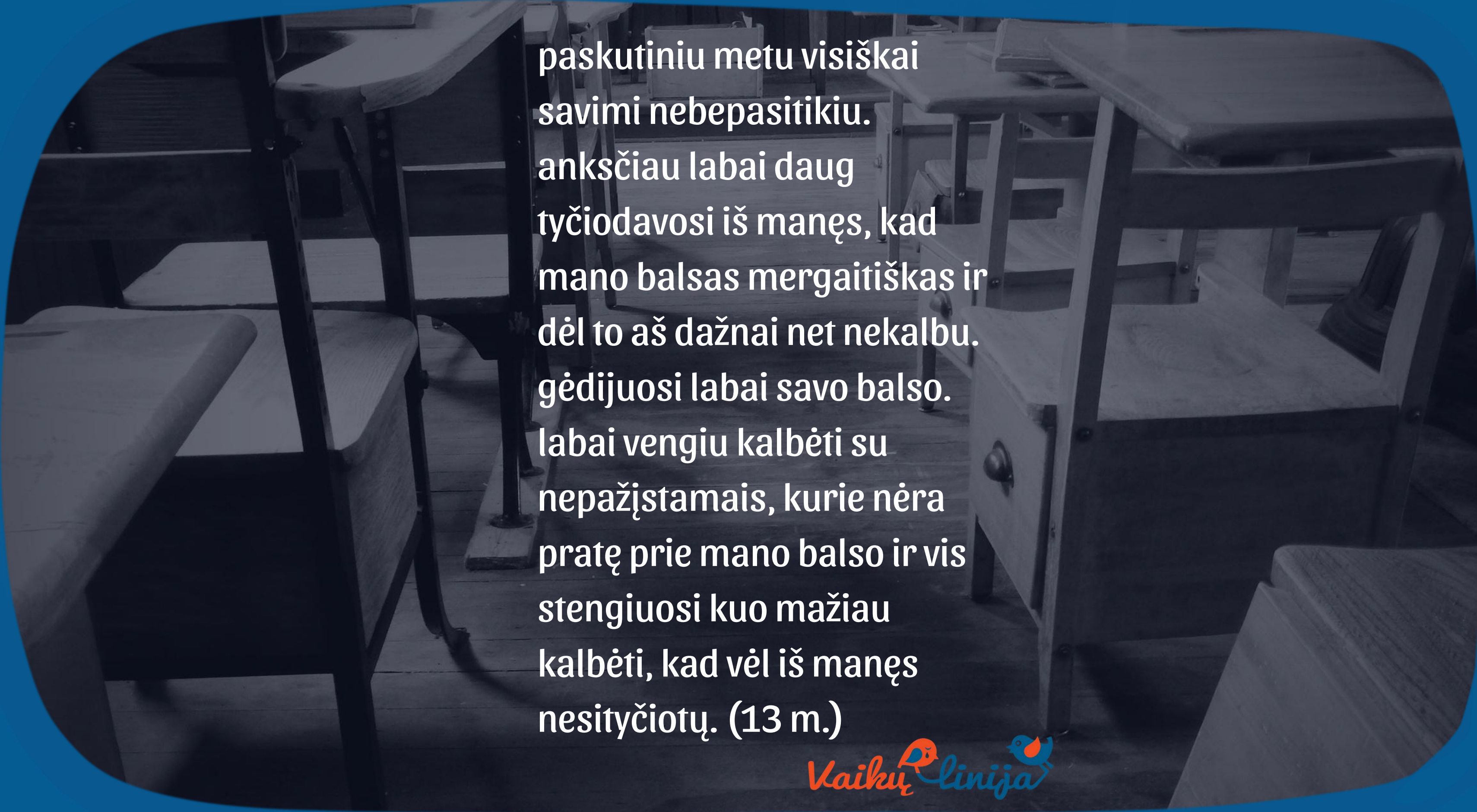




# Kelios vaikų istorijos

Istorijos paremtos į Vaikų liniją besikreipiančių vaikų ir paauglių pasakojimais.

Siekiant išsaugoti vaikų anonimiškumą įvairios asmeninės detalės yra pakeistos.



paskutiniu metu visiškai  
savimi nebepasitikiu.  
anksčiau labai daug  
tyčiodavosi iš manęs, kad  
mano balsas mergaitiškas ir  
dėl to aš dažnai net nekalbu.  
gėdijuosi labai savo balso.  
labai vengiu kalbėti su  
nepažįstamais, kurie nėra  
pratę prie mano balso ir vis  
stengiuosi kuo mažiau  
kalbėti, kad vėl iš manęs  
nesityčiotų. (13 m.)



Esu puolusi į neviltį nes kur aš beeičiau ką daryčiau visada esu viena. Tarytum nematoma. Esu kitoks žmogus. Daugelis paauglių yra aktyvūs, drasūs, kovoja už save. O aš esu priešinga. Mėgstu padėti žmonėms, esu ramaus būdo. Nemėgstu atvirauti. Esu tikrai nuoširdus žmogus, nemėgstu ko nors įžeidinėti ar įskaudinti. Tačiau nuolat esu viena, nors bandau susibendrauti su kitais, bet nepavyksta. Nekenčiu to. Ir buvimas viena mane varo į depresiją. Man atrodo, kad niekas nenori su manimi bendrauti nes kai prieinu vaikai nueina kitur. Jaučiuosi tokia nereikalinga...

(14 m.)







blogai jaučiuosi jau labai seniai – nuo kokių 8 m. (dabar man 13) Jaučiuosi lyg is kitos visatos, lyg aš nebuciau aš. Lyg gyvensčiau ne dabar. Taip aš sypsaus diena ten mokykloj ar kažką, bet kartais atrodo kad aš nesu aš ir kad mano viduje yra kažkokia praraja. Daznai situacijose kur anksčiau būčiau jautus kažką tarkim liudesi, dabar nieko nejaučiu. Jau kuris laikas žaloju save. Žinau turėčiau nustoti bet negaliu (...) Vis sekioja toks jausmas kad aš viso to nusipelniau, kad viskas ką darau nėra pakankamai. Pykstu ant ant saves. Pykstu ir ant daug žmonių kad jie nepastebi kaip aš istikruju jaučiuos. Kad ir tėvai nu jie nepastebi, bet va viena mokytoja tai pastebėjo. Ją matau tik du kartus savaitei ir ji pastebėjo.





Pastaruoju metu jaučiuosi liūdnai ir pervargusiai. Mokykloje sunkiai sekasi, nes labai daug namų darbų užduoda, kasdien po atsiskaitymą ir reikia daug ruošti, o dar sudalyvavau mokyklos projekte kuriame reikia daug dirbti, o kiti komandos nariai man visai nepadedą. Taigi vakarais iki 9 sėdžiu prie stalo ir darau. Po to neišsimiegu nes dėl to vėlai nueinu miegoti, o po to gaunu barti iš anglų mokytojos, kad žiovauju. Jausmas toks tarsi tuoj perplyšiu. Dar daugelis mokytojų visą klasę nuolat bara dėl nedarbo, triukšmo ir prasto mokymosi nors aš iš visų jėgų stengiuosi, bet mano pastangos bevertės. Manęs niekas nė pagiria ir jaučiuosi pamiršta. Vakarais verkiu. Sunku dar, kad ir tėvai manęs beveik nepastebi – tik gaunu barti, kai nesusitvarkau kambario ar neišplaunu lėkštės. labai sunku... (15 m.)



Mano tėvai skiriasi jau 2 metai, iš pradžių bandė taikiai, bet aš pati jau supratau, kad taip neišeis, nes jie abu yra labai dideli karštakošiai, todėl dabar ruošiasi teismams. Mano tėtis labai stipriai renka įrodymus ir įvairias smulkmenas, kad prisiteistų mane ir mano brolių ir tai labai akivaizdu, mano mama neturi su kuo kalbėti apie šį procesą todėl pila viską ant manęs, aš negaliu to išlaikyti ant savo pečių, man perdauk. Aš labai stipriai kenčiu nuo šių skyrybų emociškai. Mama rodo žinutes, kaip mano tėtis ją žemina, mane tai labai skaudina. Skaudina, kai jie net po tiek metų santuokos nesugeba net pakalbėti telefonu, aš turiu būti kaip koks laidininkas, aš nežinau su kuo kalbėti apie tai, todėl labai tikiuosi bent kažkokio patarimo ką man daryti šioje situacijoje, nes kalbėti aš bandžiau, bet tada mano tėtis pranešė savo advokatui, o jis garantija tai prikiš teisme. Padėkite man...





# Suaugusiųjų žinutės, kurios nepadedą

„Nekreipk dėmesio“

„Baik skųstis“

„Kokios dar problemos tavo amžiuje“

„Man nerūpi“

„Čia tavo problemos“

„Taip negali būti“

„Nekalbėk nesąmonių“

...





# Ko vaikai ieško Vaikų linijoje?

„Prašau padėkit, kol nevėlu”

„Nežinau kaip pavadinti, bet tai svarbu...”

„Ar mano gyvenimas tikrai beviltiškas?”

„Kodėl negaliu tiesiog būti mylimas?”

„Noriu pasipasakoti”

„Tiesiog labai norisi palaikymo”







# Kai aš buvau vaikas, man labiausiai reikėjo...

- ...kad mane kas nors suprastų.
- ...atvirų pokalbių su tėvais.
- ...dėmesio ir supratimo.
- ...meilės ir tėvų dėmesio.
- ...palaikymo.
- ...kad mane apkabintų ir priglaustų.
- ...kad tėvai dažniau pasakytų, jog aš
- ...nuostabus ir jie mane labai myli.







Labai ačiū kas pakalbėjo. Jaučiuosi gerai nors galvojau, kad rašau nesąmonę 😊 kad niekas nekalba apie tokias menkas problemas. Didelis ačiū :)))

Ačiū labai kad išklausėte mano problemas, nors nieko apie jus ir nežinau, man jūs jau esate artimas žmogus. Visi, kuriems sunku, galėtų pasikalbėti su šiais nuostabiais žmonėmis, jūs išsaugojate gyvybes.

Atrodo, pradėjau bent šiek tiek kvėpuoti. Man tai labai svarbu. Ačiū 🇵🇱

Jaučiu didesnę palaikymą iš žmogaus kuris dirba savo darbą, kurio nepažįstu, kuris kalba su manimi kaip su draugu. Didesnę palaikymą negu iš bet ko kito šiuo metu.

Man gera, kad galėjau pasisakyti ir būti savimi. Jaučiuosi išklaudyta ir suprasta. ❤️

Šis savanoris tikrai mane suprato, davė antrą žvilgsnį į šią situaciją, į kurią įsivėliau ir įtikino, kad viską padariau Gerai kiek galėjau. Ačiū labai ❤️ :)

Kaip visada, Vaiku linija man išsigelbėjimas. Kad ne ant tilto eičiau, o į lovą miegoti 😊  
labanakt 😊

Pasijaučiau 100 kartų geriau, ačiū už tokius nuoširdingus ir malonius, išklausiančius savanorius

sugalvojau kad būtų visai neblogai pasikalbėti. Kaip pirmas kartas tai žiauriai man patiko, norėčiau netgi ir ilgiau pakalbėti 10/10 🧡 🧡 🧡

Nuoširdžiai? Tai tikrai padeda nemaniau, kad kada kreipsiuosi čia, bet štai ir aš, ir man padėjo visa tai.

Labai gera buvo pakalbėti. Akmuo nukrito. Kaip ant sparnų dabar, kad esu normali ir viskas gerai. Pakalbėsiu su tėčiu. Jį labai myliu. Ačiū savanorei !!!



Neleiskime sunkumams užaugti –  
būkime šalia kai vaikui reikia  
išgirsti: „Tu svarbus – mes šalia“!



PASIDALINK IŠGYVENIMAIS –  
KARTU LENGVIAU ATLAIKYSIM