

# MOKYKLOS BAIMĖS PROBLEMA UGDYMO ŠEIMOJE ASPEKTU

Algimantas Bagdonas, Asta Jakimavičienė, Raimonda Sadauskienė

*Kauno kolegija*

**Anotacija.** Straipsnyje, remiantis pastaraisiais dešimtmečiais Europoje atliktų mokslinių tyrimų duomenimis, siekiama atskleisti mokyklos baimės fenomeno sąsajas su šeimoje vyraujančiais ugdymo stiliais, ieškant šeimos ir mokyklos sąveikos galimybių, identifikuojant mokyklos baimės švelninimo veiksnius. Straipsnyje analizuojamas šeiminis ugdymas kaip vienas iš mokyklos baimę sukeliančių veiksnių, apibūdinami ugdymo stilių šeimoje ypatumai, ugdymosi aplinkos šeimoje, tėvų kaip ugdytojų kompetencijos, besimokančiųjų asmeninių savybių ir kompetencijų ugdymas(is) mokyklos baimės kontekste. Tyrimo metu taikyti mokslinės literatūros analizės, anketinės apklausos (raštu) bei interviu metodai, kurių tikslas – atskleisti ugdymo šeimoje aspektų sąsajas su mokyklos baimės problema. Atliktas tyrimas atskleidė, kad tėvų kaip ugdytojų įtaka prilygintina pedagogų vaidmeniui vaiko asmenybės formavimesi. Savito, tik konkrečiai šeimai ir konkrečiam vaikui tinkamo ugdymo stiliaus atradimas – svarbus šeimos auklėjamosios funkcijos atlikimas. Tėvų domėjimasis edukologijos pasiekimais, vadybinis, psichologinis patyrimas, noras mokytis iš savo ir kitų patirties – esminiai veiksniai, turintys įtakos jų vaikų mokyklos baimės mažinimui. Mokymosi mokytis dimensijos efektyvumas, gebėjimas veikti šeimoje remiantis komandiniais principais, atsipalaidavimo technikos, tinkamas poilsio ir mokymosi derinimas ir be medikų pagalbos gali tapti šeimos tradicija, paremta efektyviomis auklėjamosiomis, baimę mažinančiomis priemonėmis. Straipsnyje pateikiamos rekomendacijos šeimoms, ugdytojams, besimokantiems, siekiantiems išvengti mokyklos baimės reiškinio sukeliama problemų.

**Raktiniai žodžiai:** mokyklos baimė, socialinė baimė, šeiminis ugdymas, edukacinė sąveika.

## Įvadas

Pagrindinės metodologinės nuostatos, kuriomis remiamasi šiame straipsnyje, išdėstytos šių autorių teoriniuose bei empiriniuose tyrimuose: Hopf (2014), Preetz (2012), Wachauf, (2008), Rost (2006), Wagner (2002), Ambühl (2001), Schwarzer (2000), Morschitzky (1998), Hurrelmann (1994), Strittmatter (1990), Kaiser (1983). Lietuvoje mokyklos baimės raišką įvairiais aspektais tyrė Bagdonas (2009, 2010, 2014). Išvardinti autoriai gilinasi į kompleksines mokyklos baimės reiškinio priežastis, raiškos būdus, pasekmes, mažinimo galimybes, išskeldami pedagogo, besimokančiojo ir šeimos sąveikos aktualumą. Tačiau pasigendama tyrimų, nagrinėjančių mokyklos baimės raiškos sąsajas su ugdymo stiliais, naudojamais šeimoje, todėl šiuo straipsniu siekta pasigilinti, kaip šeiminio ugdymo aspektai susiję su mokyklos baimės raiškos tendencijomis.

Straipsnyje remiamasi šia mokyklos baimės traktuote: *mokyklos baimė sąlygojama ne tik mokyklos, bet ir šeimos, visuomenės veiksnių; griauanti moksleivio saugumo, savivertės, pripažinimo poreikius; veikianti moksleivį ne tik mokykloje, bet ir už jos ribų bei turinti negatyvios įtakos tolimesniame individo gyvenime* (Krohne, 1996; Rost, 2006; Bagdonas, 2009). Mokyklos baimės problemos šaknys gali slypėti ne mokykloje, bet šeimoje, kai streso paveikti tėvai mėgina „išspausti“ iš vaikų viską, kas įmanoma ir neįmanoma, skatindami ir tiesiog reikalaudami iš savo vaikų siekti kuo daugiau (nors vaikai ir nepasirengę tokiam žingsniui nei

intelektualiai, nei psichologiškai). Šeiminis auklėjimas derinamas su mokykloje atliekamu darbu – mokymu ir auklėjimu, kartu šeima įgyja naujų pareigų – stiprinti teigiamą vaiko požiūrį į mokyklą, mokytojus, mokymąsi; šeiminio auklėjimo pareiga – užtikrinti sąlygas vaikui mokytis namie ir mokykloje; stebėti, kaip vaikas mokosi ir elgiasi; palaikyti ryšį su mokykla. *Tėvų patiriama ateities baimė susijusi su vaikų mokyklos baime, galinčia modifikuotis į ateities baimę.* Tokioje situacijoje galima nagrinėti pasiekimų (mokymosi) baimę, kuri būdinga daugeliui mokinių. Svarbu analizuoti ne tik mokyklą, tačiau paraleliai reikia tirti šeimą: tėvų nuostatas, vertybes. Tėvai, įsivaizduojantys vaikų ateitį tik su aukščiausio lygio diplomais, užtikrinančiais sėkmingą karjerą kaip išsigelbėjimą nuo pasaulinių, nacionalinių, socialinių krizių, daro vaikams spaudimą bet kokia kaina siekti pačių geriausių pažymių ar diplomų.

**Problema** – kaip mokyklos baimės problema susijusi su šeimos ugdymo stiliais, tėvų įtaka vaiko ugdymui, besimokančiojo ir jo šeimos santykiais?

**Tyrimo objektas** – mokyklos baimės reiškinys.

**Tikslas** – atskleisti mokyklos baimės raiškos sąsajas su ugdymo šeimoje aspektais.

**Uždaviniai:**

1. Apibūdinti mokyklos baimės ir ugdymo šeimoje sąsajas.
2. Išnagrinėti šeimos ugdymo aspektus, turinčius įtakos mokyklos baimės raiškai.
3. Pateikti besimokančiųjų požiūrį į šeimos vaidmenį mokyklos baimės procese.

**Tyrimo metodai:** mokslinės literatūros analizė, kuria siekiama išryškinti mokyklos baimės problemos aspektus; anketinė apklausa (raštu) atlikta siekiant atskleisti ugdymo šeimoje aspektų sąsajas su mokyklos baimės problema bei interviu, kuriuo siekta nustatyti esmines šeimos lygmens dimensijas, susietas su mokyklos baimės raiška bei siekiant pateikti baimių mažinimo rekomendacijas.

### **Mokyklos baimės problemos sąsajos su ugdymu šeimoje**

Kaip teigia Rost (2001), mokyklos baimė reiškiasi įvairiose šalyse, visuomenėse, socialiniuose sluoksniuose, turi įtakos bejėgiškumo, nepripažinimo raiškai, mokymosi motyvacijos slopinimui, nenorui socializuotis. Todėl, kalbant apie mokyklos baimę, reikia akcentuoti moksleivio negebėjimą prisitaikyti prie naujų situacijų, nenorą bendrauti su aplinkiniais, atsakymą siekti rezultatų. Mokyklos baimę sukelia sąveikos tarp mokyklos – tėvų nebuvimas, konkurencija visuomenėje, į gimtųjų savybių raiška. Dažnai svarstoma, kuris mokyklos baimės veiksnys – „mokykla“ ar „šeima“ turi didesnės įtakos šios problemos raiškoje. Intensyvūs mokyklos baimės reiškinių tyrimai (Rost, 2006; Wagner, 2002; Schwarzer, 2000; Strittmatter, 1990) patvirtina nuostatą, kad *ugdymo stilius šeimoje* laikytinas vienu mokyklos baimės raiškos veiksniumi. Šių autorių darbuose atsispindi požiūris, kad mokyklos baimę patiriantys vaikai jau šeimoje susiduria su baimės situacijomis, kurios sukuriama šeimoje vyraujančių santykių. Bagdonas (2009) nurodo, kad mokyklos baimės įveikimas siejamas su edukaciniais veiksniais, kurių pagalba galimas problemos švelninimas – šeimos ir ugdymo įstaigos bendradarbiavimu, pedagogine kompetencija, mokymosi aplinkų efektyvumu. Egzistuoja mokyklos baimės raiškos požymiai, kuriuos gali pastebėti kiekviena šeima savo vaiko elgesyje, veiksmuose, kalboje: prasta savijauta ryte, skrandžio skausmai, padidėjęs širdies plakimas, baimė (nenoras) valgyti ryte, einant į mokyklą (Beckfield, 2014; Niederle, 2002). Šie požymiai yra pirmieji mokyklos baimės ženklai. Svarbu, kad tėvai laiku atpažintų pirminius mokyklos baimės požymius ir patys neišsigąstę, sužinoję, kad jų vaikas priklauso mokinių, patiriančių padidintą mokyklos baimę, grupei. Kai kurie tėvai mano, kad čia yra tik jų ugdymo stiliaus klaida ir mėgina iš esmės keisti savo bendravimą su vaiku: arba ypatingai sugriežtina, arba sušvelnina savo elgesio būdus. Tai nėra visiškai teisinga, nes tėvai lyg ir bando išpirkti savo kaltę, nors reikėtų iš esmės gilintis į baimę sukeliančias priežastis bei problemos veiksmų kompleksą. Nustatyta, kad vien tik šeimos pastangomis, be bendradarbiavimo su mokykla ir psichologu, neįmanoma įveikti mokyklos baimės problemos

(Hopf, 2014; Preetz, 2012; Wagner, 2002; Strittmatter, 1990). Neabejotina tėvų problema, jei jie ugdo vaikuose negatyvias identiteto nuostatas, tuo stengdamiesi atsiriboti nuo savo asmenybinio nepasitenkinimo. Baimę patiriantys vaikai šeimose nėra ugdomi vengti baimės situacijų, švelninti baimės pasekmes, jiems diegiamos savęs nuvertinimo, pažeminimo dimensijos. Vaikų socializacija susieta su laipsnišku įvedimu į suaugusiųjų pasaulį, tačiau jų patirtis ir galimybės negali prilygti suaugusiųjų galimybėms. Todėl savarankiškas problemų sprendimas, nesulaukus paramos iš aplinkos, yra spontaniškas, neobjektyvus, nesistemiškas. Tėvų ateities baimė dažnai perkeliama į vaikų pasiekimus, laukiant pačių geriausių rezultatų, taip įteigiant vaikams pasiekimų (mokymosi) baimę. Tyrėjai, nagrinėję ateities baimę (Rost, 2006; Ambühl, 2001; Schwarzer, 2000), tvirtina, kad ši baimės rūšis prasideda paauglystėje ir turi įtakos ne tik mokyklos, bet ir būsimos karjeros, socializacijos aspektams. Žalingų įpročių sklaida laikoma dažnomis ateities baimės pasekmėmis. Drąsa, pasitikėjimas, pripažinimas traktuotini kaip prielaidos pozityviam baimės problemos sprendimui. Šeimos, akcentuojančios tik aukštų rezultatų siekimą, gerus vertinimus, pasiekimus, nerealius vaiko amžiui ar gebėjimams, paprastai iššaukia savo vaikuose mokyklos baimės reakcijas. Vaikas, atsidūręs tokioje situacijoje, pradeda gintis, slėptis, vystosi priešiškus tėvams. *Tokioje situacijoje šeima traktuojama ne tik kaip baimės veiksnys, bet ir kaip mokyklos baimės pažeista bendruomenė.* Mokyklos baimę patiriantieji dažnai ir namuose pasižymi baikštumu, nepasitikėjimu, susiduria su tėvų nesupratimu. Neatsižvelgimas į vaiko prigimtį, poreikius, pageidavimus yra baimių šeimoje formavimosi sąlyga. Vaikas, suvokiantis, kad jis nepajėgus įvykdyti tėvų pageidavimų ir vilčių, gali meluoti, išsisukinėti. Nesprendžiama problema iššaukia autoritetų baimę. Tokiose šeimose vaikams vystosi menkas savęs vertinimo jausmas, bausmių baimė, todėl vaikai pasižymi klaidų, vertinimų baime, baime blogais vertinimais nuvilti tėvus (Hurrelmann, 1994; Kaiser, 1982). Tėvų skyrybų baimės atvejis laikomas prielaida mokyklos baimei reikštis. Vaikų stebimi konfliktai namuose, tėvų nesutarimai sukelia tėvų skyrybų nuojautą. Susierzinimas namuose perkeliama į mokyklos aplinkas: vaikai konfliktuoja su bendramoksliais ar mokytojais, išsiskiria agresija, uždarumu. Pedagoginės psichologijos atstovai (Beckfield, 2014; Hurrelmann, 1994) akcentuoja savarankiškumo ir klaidų baimės atvejį, pasireiškiantį veikloje, reikalaujančioje asmeninės atsakomybės, gebėjimo parodyti veiklos rezultatus, valios pastangas. Pabrėžiama dalyvavimo varžybose, konkursuose, egzaminuose baimė, lydima koncentracijos sutrikimų, jausmų kaitos. Pernelyg

dideli reikalavimai ir viltys, siejamos su vaiku laikytini netinkamu ugdymo būdu, tačiau ir kiekvieno vaiko noro pildymas, lepinimas sukelia problemų mokykloje ir šeimoje. Tėvai privalėtų su vaiku kasdien aptarti jo mokymosi pasiekimus: atviras pokalbis prieš miegą veikia palankiau, nei įkyrus namų darbų tikrinimas. Palankių mokymosi aplinkų namuose kūrimas sudaro prielaidas baimės įveikimui: tinkama patalpa, optimalaus dienos režimo nustatymas priešpastatoma naktiniam mokymuisi, ilgam sėdėjimui prie kompiuterio (Markway, 2007; Ambühl, 2001).

*Šeimoje gali būti kuriama palanki baimėms aplinka.* Tokios baimės vadinamos į šeimos aplinką orientuotomis baimėmis. Mokyklos baimę stiprina probleminiai šeimos auklėjimo principai: tėvų stresas, nepilna ar nedarni šeima, vaikų išnaudojimas šeimoje (Niederle, 2002; Oelsner, Lehmkuh, 2002). Gilinantis į mokyklos baimės priežastis, svarbiomis laikomos *šeimos aplinkos ir socialinės sąlygos*. Socialinės problemos, konfliktai su bendraamžiais, sudėtingi santykiai su tėvais turi tiesioginės įtakos mokinio pasiekimams, santykiams su mokytojais. Šeiminio auklėjimo metodai – asmeninis tėvų pavyzdys, pamokymas, auklėjamieji pokalbiai, žaidimų ir darbo organizavimas, teigiamų įpročių ugdymas, skatinimas, bausmės (išskyrus fizinės). *Ar gali neparuošti tėvai tinkamai suorientuoti vaiką, besiruošiantį eiti į mokyklą?* Nepasirengę tėvai netinkamai orientuoja savo vaikus mokyklai (Bagdonas, 2009; Strittmatter, 1990). Tėvų kaip ugdytojų elgesys privalo žadinti vaikų savarankiškumą, savivertės plėtrą. Mokinys, iš tėvų namų perkeliantis į mokyklą padidintus reikalavimus savo būsimiems pasiekimams, patenka į savignyos būseną: iš pradžių jis ginasi nuo tėvų, vėliau nuo mokomųjų dalykų bei mokytojų. Tėvai gali formuoti vaikuose mokyklos baimę, diegdami tik aukštų mokymosi pasiekimų reikalavimus, panaudodami netiesiogines, dažnai užslėptas prievartos, spaudimo formas.

*Vaikai atpažįsta tėvų jausmus,* siekdami neįskaudinti, nenuvilti savo tėvų, jie gali mėginti tėvams įsiteikti, todėl pradeda meluoti, nes bijo nepateisinti sudėtų vilčių (Beckfield, 2014; Ambühl, 2001). Išryškėja užburtojo rato principas – nesakoma tiesa, nes bijoma, tėvai nežino tikrosios situacijos, mokykla negali daryti tinkamo poveikio nei vaikui, nei tėvams, nes nėra bendradarbiavimo, iškyla konfliktai. *Griežtas auklėjimo stilius formuoja kaltės jausmą* (Damm, 2005; Fischer, 2004). Griežtas elgesys, pereinantį į pažeminimą, ypatingą kontrolę, vaiko savarankiškumo ribojimas sukelia ilgalaikes problemas. *Tokioje šeimoje išugdoma vaiko baimė patirti nesėkmę.* Vaikas, kuriam nepasiseka, jaučia pastovų kaltės jausmą. Kaltės jausmas gali lydėti visą gyvenimą ir pasireikšti kiekviename išbandymu ar

egzaminų situacijoje. Tyrėjai, nagrinėję šeimos lygmens priežastis (Preetz, 2012; Wachauf, 2008; Markway, 2007; Hurrelmann, 1994; Kaiser, 1982), išskiria šiuos veiksnius: tėvų skyrbybą, tėvų smurto baimę; baimę, patiriama, kai kitiems vaikams šeimoje skiriamas didesnis dėmesys. Tėvų nustatytos taisyklės, reikalavimai gali kelti vaikams stresą, kai reikalaujama to, kas ypač nemėgstama. Jaučiantys baimę asmenys skiriasi nuo pozityviają savivertę išsiugdžiusių tuo, kad jie visose situacijose mato pavojų. Egzistuoja *mokyklos baimė, kylanti dėl specifinių ugdymo būdų šeimoje.* Ugdymo klaidos šeimoje nebūtinai privalo iššaukti baimę, tačiau nustatyta (Rost, 2006), kad netinkamas auklėjimas yra pirminė mokyklos baimės raiškos priežastis. Specifiniais ugdymo būdais galima laikyti tiek didelį vaikų lepinimą, tiek pagrindinių vaiko poreikių nepatenkinimą šeimoje. Šie auklėjimo būdai, būdami kardinaliai priešingi, baimės atveju atlieka tą pačią negatyvią funkciją, dažnai tokių šeimų tėvai patys būna auklėti baimės atmosferoje, todėl baimes perkelia į vaikus. Anot edukologų (Preetz, 2012; Bagdonas, 2009; Wagner, 2002), tyrusių mokyklos baimės ir šeimos sąsajas, baimių išmokstama namuose. Pagrindiniai šeiminio ugdymo veiksniai, lemiantys baimės raišką:

- Problematiški auklėjimo santykiai šeimoje: stresas, nepilnos šeimos atvejai, pernelyg aukšti reikalavimai, nepasitikėjimas, vaiko išnaudojimas.
- Žeminantis, teises ribojantis, asmenybės varžantis ugdymo stilius: iš vaikų tyčiojamosi, jais nepasitikima, vaikai izoliuojami nuo pagrindinių šeimos įvykių ir sprendimų; auklėjimas grindžiamas bausmėmis ar gąsdinimu.
- Laisvų vadžių auklėjimas - ugdymo stilius, neturintis nustatytų taisyklių: vaikams viskas leidžiama, nenustatomos vertybės, kurios privalomos, ugdymasis tampa paties vaiko, o ne šeimos reikalu.
- Lepinimo stilius: neugdomas vaiko savarankiškumas, pasitikėjimas savo veikla, ugdoma priklausomybė nuo aplinkinių.
- Ugdymo stilius, išskirtinai nukreiptas į pasiekimus, kai vaikas nepriimamas toks, koks yra šiuo metu, tėvai nori vaike matyti visas savo neįgyvendintas svajones, kai mąstoma tik apie sėkmingos karjeros siekimą. Perfekcionistinis auklėjimo stilius žlugdo vaiko saviraišką, skatina prisitaikėliškumą.

*Verta pasigilinti, ar konkretaus mokinio individualiosios savybės ir turimos kompetencijos galėtų būti siejamos su mokyklos baimės raiška?* Mokinio asmenybės ypatumai mokyklos baimės raiškoje nagrinėti tyrėjų (Wagner, 2002; Rost, 2001; Schwarzer, 2000; Strittmatter, 1990), kurių teigimu –

mokiniai, pasižymintys pesimistinėmis nuostatomis, išgyvenantys nepasitikėjimo, netikrumo būsenas, dažniau susiduria su nesėkmės nuojauta, negatyvių vertinimų laukimu, kitų asmenų vertinimo baime („ką mokytojas pasakys tėvams?“, „mokytojas barsis“), tokie mokiniai negali savęs objektyviai įsivertinti, įvertinti egzaminų situacijos bei kritiškai pažvelgti į turimas žinias („aš neįveiksiu egzamino“, „aš esu per kvailas, kad tai suprasčiau“, „aš apskritai nieko negaliu“). Išsiugdžiusiems pozityvistinių požiūri mokiniams baimė netampa blokuojančiu gebėjimus bei veiksmus faktoriumi, tačiau priimama kaip stimulus, žadinantis savigarbą, pasiekimų troškimą.

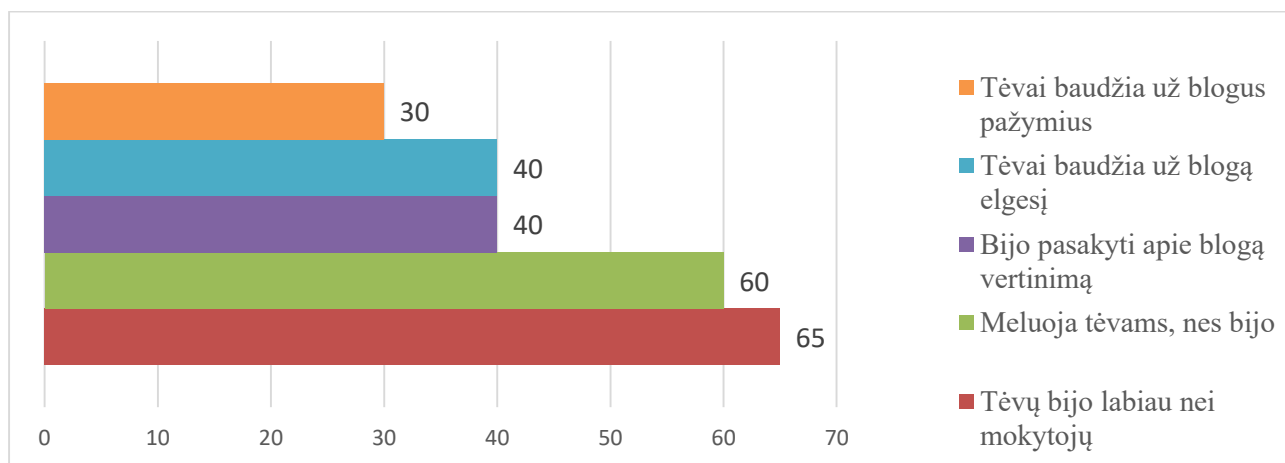
### Tyrimo metodika ir organizavimas

2018 m. atliktu tyrimu siekta pasigilinti į vyresniųjų klasių moksleivių, patiriančių mokyklos baimės situacijas, nuostatas šeimos, kaip galimo mokyklos baimės veiksnio, atžvilgiu. Trijuose miestuose pasirinktos penkios gimnazijos, kuriose apklausta 300 vyresniųjų klasių 16–18 m. moksleivių. Pasirinkti du didieji Lietuvos miestai ir vienas rajono centras, didmiesčiuose pasirinkta po dvi gimnazijas, rajono centre tirta viena gimnazija, kiekvienoje ugdymo įstaigoje apklausti 55–65 respondentai. Anketų grįžtamumas – 84 proc., apdorota ir išanalizuota 250 anketų, straipsnyje pateikiami jų rezultatai. Klausimyno instrumentarijus sudarytas, remiantis teorinėje dalyje suformuluotomis konceptualiomis nuostatomis, atsispindinčiomis tyrimo problemoje: kaip mokyklos baimės problema susijusi su šeimos ugdymo stiliais, tėvų įtaka vaiko ugdymui, besimokančiojo ir jo šeimos santykiais? kaip atskleisti mokyklos baimės raiškos sąsajas su ugdymo šeimoje aspektais? koku būdu išryškėja besimokančiųjų požiūris į šeimos vaidmenį mokyklos baimės procese? Moksleiviams pateikti uždarojo bei

atvirojo tipo klausimai. Pirmoji klausimų grupė leido nustatyti mokyklos baimės raiškos lygmenį; antroji klausimų grupė (atvirieji klausimai) leido atsakyti į esminį tyrimo klausimą: ar šeimą galima laikyti mokyklos baimės veiksniumi ir kokie galimi problemos sprendimo būdai. Šiame tyrime esminis dėmesys skirtas atviriesiems klausimams: jų sudarymui, užpildymui bei rezultatų analizei ir interpretacijai, nes siekta išvelgti ne tik išorines, bet ir vidines mokinių baimių priežastis ir jų sąsajas su situacija šeimoje. Tyrimo rezultatų patikimumui užtikrinti atliktas giluminis interviu su 15 moksleivių (po tris iš kiekvienos tyrimo dalyvavusios mokyklos; informantai atrinkti po pokalbių su socialiniais pedagogais ir klasių auklėtojais, apibūdinusiais asmenis kaip galimai patiriančius mokyklos baimės problemų). Atlikta atvirųjų klausimų content (turinio) analizė bei išanalizuoti atliktų interviu rezultatai leidžia daryti išsamesnę analizę, teikiant rekomendacijas šeimoms, siekiančioms mokyklos baimių problemos mažinimo.

### Tyrimo rezultatų analizė ir interpretacija

Analizuojant tyrimo rezultatus, nustatyta (1 pav.), kad dažnai mokyklos baimės priežastys glūdi šeimoje: 65 proc. apklaustųjų teigia, kad tėvų bijo labiau nei mokytojų; 60 proc. nurodo, kad jie meluoja tėvams, nes bijo; 40 proc. gavę blogą pažymį bijo pasisakyti tėvams; 45 proc. teigia, kad tėvai baudžia už blogą elgesį, 30 proc. baudžia už blogus pažymius. Šie procentai gauti susumavus atsakymus į teiginius „visada“ ir „dažnai“, nuo 25 iki 45 proc. atsakymų buvo „kartais“. Tik nuo 10 iki 45 proc. respondentų pasirinko atsakymus „niekada“. Išryškėja, kas ugdymo aplinkos šeimoje tiesiogiai susiję su mokyklos baimės raiška.

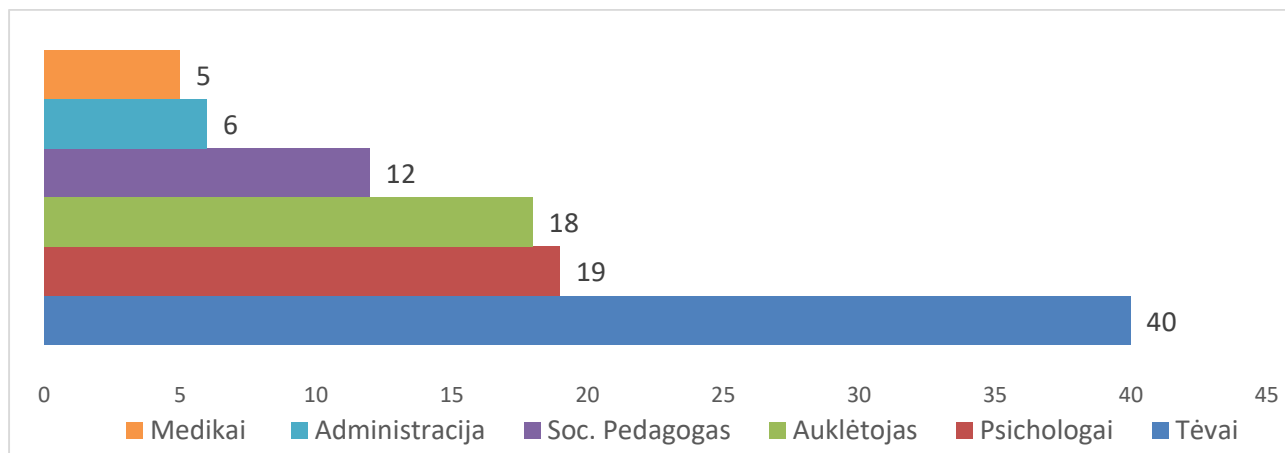


1 pav. Mokyklos baimės problema šeimoje

Teiginio „kai mokinys bijo, tėvai jį bando palepinti“ rezultatai: kartais – 55 proc., vidutiniškai – 15 proc., visada – 30 proc. Teiginio „mano artimieji labiau rūpinasi manimi, kai pastebi, kad bijau atsakinėjimo/egzamino“, rezultatai: kartais – 45 proc., vidutiniškai – 15 proc., visada – 40 proc. Teiginio „kai aš išgyvenu egzaminų baimę, mano aplinkos žmonės nerimauja dėl manęs“ rezultatai: kartais – 50 proc., vidutiniškai – 20 proc., visada – 30 proc. Teiginio „kai aš laikau egzaminus, mano šeima atleidžia mane nuo buitines darbų“ rezultatai: kartais – 40 proc., vidutiniškai – 25 proc., visada – 35 proc. Apibendrinant galima teigti, kad išryškėja aktualios sąveikos taro šeimos narių svarba, kai besimokančiajam ypatingai svarbiu baimę švelninačiu veiksniu tampa šeimos narių santykiai, laisvalaikio praleidimas, bendravimas. Mokymosi perkrovos, su kuriomis moksleiviai susiduria jau pradinėje mokykloje, tėvų lūkesčiai matyti vaiką kaip geriausiai besimokantį, mokytojų siekis suteikti kuo

daugiau dalyko žinių formuoja emocinį spaudimą, kurio neatlaikę moksleiviai patiria stresines būsenas, formuojančias baimės jausmą. Tyrimas patvirtino edukacinių mokyklos baimės dimensijų reikšmingumą. Tyrimas rodo, kad mokiniai, nors ir nesulaukdami iš šeimos pageidaujamos paramos, linkę laikyti tėvus patikimiausiais partneriais, todėl verta atkreipti dėmesį į šeimos ugdymo kompetencijų plėtrą.

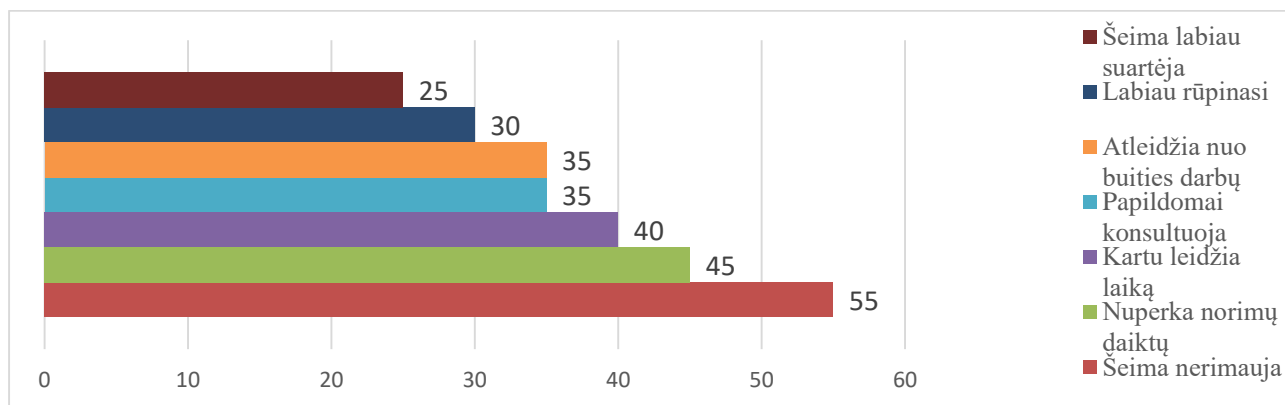
Išanalizavus respondentų pasisakymus apie tai, su kokiais asmenimis jie sietų mokyklos baimės sprendimo galimybes, nustatyta (2 pav.), kad maždaug pusė apklaustųjų (40 %) savo problemą patikėtų tėvams, penktadalis (19) konsultuotųsi su psichologu, penktadalis (18 %) sprendimo šalininku laiko klasės auklėtoją arba kreiptųsi į soc. pedagogą (12 %). Kaip pasitikėjimo neturinčius asmenis galima laikyti administraciją, į kuriuos kreiptųsi tik nedidelė dalis (6 %) ir medikus (5 %).



2 pav. Paramos veiksniai besimokančiajam

Taigi šeimos nariai šiame procese laikytini svarbiausiais asmenimis, o greta jų iškyla klasės auklėtojo vaidmuo. Tenka pripažinti, kad kiti asmenys, tiesiogiai kontaktuojantys su moksleiviu,

kol kas neturi reikiamo pasitikėjimo ir privalėtų tobulinti kompetencijas, reikalingas dirbant su asmenimis, patiriančiais mokymosi baimės problemą.



3 pav. Paramos šeimoje galimybės

1 lentelė. Šeimos lygmens dimensijų, siejamų su mokyklos baime, apibūdinimas

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai
Šeimos lygio dimensijos	Specifiniai ugdymo būdai šeimoje	„Jei tėvai nebaustų už blogus pažymius“, „tėvai nepatenkinti mano blogu elgesiu mokykloje“, „slepiu blogus pažymius nuo tėvų, nes mane baudžia“, „mažesnis tėvų moralizavimas“, „baimė atsinešama iš namų ir nieko bendro neturi su mokykla“, „už gerus pažymius gaunu iš tėvų, ko tik noriu“.
	Tėvų požiūriai, vertybės	„Jei tėvai taip nenorėtų gerų pažymių“, „tėvai neturi galvoti, kad vaikas privalo mokytis tik labai gerai“, „kai tėvai gali kuo nors pakonsultuoti dėl pamokų, tai yra labai naudinga ir malonu, nes tai savi žmonės“, „jei tėvai savo vaikus vertintų kaip asmenis, o ne kaip mokinius“, „jei tėvai savo vaikų nelygintų su kitais, bet tiesiog mylėtų tokius, kokie jie yra“, „tėvams tik geri pažymiai atrodo vertingi“, „tėvai didžiuojasi tik gerais mokiniais“, „tėvams gėda, jei vaikai prastai mokosi“.
	Komunikacijos šeimoje ypatumai	„Mažesnis tėvų moralizavimas“, „kai tėvai tik priekaištauja ir nenori išklausti“, „reikia tėvams viską pasipasakoti“, „šeima nori tik gero, bet kai nori išsikalbėti, gaunasi piktumai“, „pasitariant su tėvais“, „išklausančiam, ką sako tėvai“, „neslepiančiam nuo tėvų savo problemų“, „norėčiau apie nesėkmes pasikalbėti su tėvais, bet bijau, kad nesupras“, „tėvai mūsų problemų nelaiko rimtomis“.
	Mokymosi vietos namuose garantijos	„Jei namuose turėčiau savo atskirą kambarį mokymuisi“, „kai namuose niekas netrukdo mokytis“, „kai niekas neima mano daiktų“, „suplėšo mano sąsiuvinius, aplieja knygas, ir gėda jas neštis į mokyklą“, „triukšmas namuose trukdo mokytis“, „geriau išmokti pamokas mokykloje, nes namuose bijau nespėti“.
	Tėvų užimtumas	„Jei tėvai mažiau dirbtų ir dažniau pasikalbėtų“, „tėvai galvoja tik apie savo darbą“, „tėvams mano mokymasis yra antroje vietoje po jų darbo“, „jei tėvai negalvotų apie pinigus ir daiktus“, „tėvai daug dirba, todėl niekada nesilanko mokykloje“, „kai noriu pasikalbėti, tėvai sako, kad yra pavargę“, „nes tėvų nemačiau jau keletą metų“, „gyvenu su močiute, tėvai visai manimi nesidomi“.
	Materialinė padėtis	„Korepetitoriai išaiškina tai, ko nesuprantu, todėl pamokose nebijau būti paklaustas“, „tėvai ne visada įperka reikiamas mokymosi priemones“, „kai neturi to, ką turi kiti mokiniai, jautiesi kaip antros rūšies“, „man gėda dėl mano aprangos, dėl to išgyvenu ir baiminuosi“, „baisu būti neturtingu“, „niekam neįdomūs tie, kas gyvena prasčiau“.
	Atvirumas šeimoje	„Nebijoti tėvų klausti, pasitariant su tėvais, mokantis iš tėvų patirties“, „tėvai žino daugiau“, „man svarbi tėvų nuomonė“, „išsikalbėjus su šeima, palengvėja“, „aš negaliu atvirai kalbėti su tėvais, nes jie nesupras“, „neslėpti nuo tėvų savo problemų“, „kalbant apie savo baimes su tėvais“, „kai tėvai gali kuo nors pakonsultuoti yra malonu, nes tai atimi žmonės“, „kai tėvai domisi vaikų mokslu“.
	Tėvų edukaciniai poreikiai	„Apmokyti tėvus“, „skaityti tėvams psichologijos paskaitas“, „kad tėvai kartu pasėdėtų mokykloje“, „jei tėvams patiems reikėtų tiek visko išmokti, kaip mums“, „tėvai neskaito knygų, o mane verčia“, „patys tėvai nenorėjo mokytis, o mus verčia“.
	Perfekcionizmo prioritetai	„Mano tėvai viską pasiekė mokymosi dėka ir nori, kad ir aš daug mokyčiausi“, „tėvai nori, kad vaikai būtų tik pirmose vietose“, „tėvai nesidžiaugia, jei gaunu ne patį geriausią įvertinimą“, „tėvai vertina tik dešimtukas“, „tėvai norėtų, kad pirmaučiau ir sporte, ir moksle“, „neįmanoma visur suspėti pagal tėvų pageidavimus“, „tėvai už mane turi prikūrę planų mano gyvenimui“.
	Laisvalaikio praleidimo galimybės	„Turistavimas su tėvais labai pagerina savijautą, be to, daug sužinai“, „galima mokytis ir laisvalaikiu su šeima ir visko išmokti be baimės“, „važiuodamas į užsienį su šeima daug pamatau“, „išmokstu be streso ir skubėjimo, kai niekas neverčia“, „geriausia patirtis - tai laikas su tėvais“.
Atvirumo naujovėms ir kaitai prioritetai	„Apmokyti tėvus“, „jei tėvai geriau žinotų apie tai, kas vyksta mokykloje“, „neslėpti informacijos ir problemų nuo tėvų“, „jei tėvai žinos tikrąją padėtį, greičiau galės padėti“, „kai šeimoje domimasi naujais mokslo atradimais, visada randi tai, ką gali ir sau prisitaikyti“.	
Gebėjimas valdyti save	„Įtikinti save, kad nesi pats blogiausias, pasimokyti iš kitų patirties“, „džiaugtis tuo, ką turi“, „neprarasti vilties“, „visada galima rasti išeitį“, „mokėti susikaupti lemiamu momentu“, „patylėti, pamąstyti ir išlaukti savo „žvaigždžių“ valandos“, „kiti tave gerbs, jei matys, kad esi stiprus“.	

Gilinantis į mokyklos baimės švelninimo šeimoje galimybes, nustatyta (3 pav.): dėl egzaminų šeima atleidžia nuo buitines darbų nurodė 35 proc., artimieji labiau rūpinasi, kai pastebi, kad bijoma atsakinėjimo –

20 proc., kai tėvai pastebi, kad bijoma, duoda papildomų patarimų – 35 proc., kai mokinys išgyvena egzaminų baimę, jo aplinkos žmonės nerimauja – 55 proc., nuperka norimų daiktų – 45 proc., kartu leidžia daugiau

laiko – 40 proc., labiau rūpinasi vaiku – 30 proc., tokiu būdu pati šeima labiau suartėja – 25 proc., pats mokinys džiaugiasi, kad artimieji supranta jo baimę – 40 proc. Išryškėjo, kad mokiniai, susidūrę su mokyklos baimės požymiais, tikisi paramos iš šeimos, tačiau ne visada jos sulaukia. Taigi šis klausimas lieka atviras bei tobulintinas šeimos ir pedagoginės bendruomenės bendromis pastangomis.

Apibendrinus atsakymus į atvirus klausimus, nustatyta, kad mokyklos baimė apima visą asmenį: veikia fiziologinius, mąstymo, mokymosi, elgesio procesus. Mokinys, susidūręs su mokyklos baimės iššūkiais, patiria kompleksą vidinių ir išorinių pokyčių, neleidžiančių susikoncentruoti ties pagrindine veikla – mokymusi. Norėdamas pasiekti rezultatų, baimės veikiamas mokinys privalo pademonstruoti žymiau daugiau pastangų, nei įprastoje, „laisvoje nuo baimės“ situacijoje. Išskyla mokymosi mokytis problema: ar mokinys gali pats, be pedagoginės paramos iš šalies (šeimos ir pedagogų), įveikti šiuos trikdžius? Išanalizavus gautus interviu atsakymus, išryškėjo platus šeimos lygmens dimensijų, siejamų su mokyklos baimė, spektras (žr. 1 lentelę): specifiniai ugdymo būdai šeimoje; tėvų vertybės; komunikacijos ypatumai; mokymosi vietos namuose garantijos; tėvų užimtumas; šeimos materialinė padėtis; atvirumas šeimoje; tėvų edukaciniai poreikiai; perfekcionizmo prioritetai; laisvalaikio praleidimo galimybės; atvirumas naujovėms; savęs valdymas.

Atliktas tyrimas patvirtino nuostatą, kad mokyklos baimė – kompleksinė socioedukacinė problema, kurios raiškos ir mažinimo veiksniai tarpusavyje sąveikauja, turi įtakos šeimos, mokyklos ir visuomenės gyvenimui ir šios problemos sprendimas susijęs su visų mokyklos baimės grandinėje veikiančių subjektų kompetencijų įgijimu, tobulinimu bei plėtra

Remiantis nagrinėta mokslinė literatūra bei atlikto tyrimo duomenimis, teiktinos šios rekomendacijos šeimai:

- Mokyklos personalas yra svarbus šeimos pagalbininkas. Pokalbiai su klasės auklėtoju ir bendradarbiavimas su mokyklos bendruomene privalo tapti tėvų poreikiu. Pedagoginėse psichologinėse tarnybose ar mokyklose, kuriose dirba specialiojo ugdymo komisija, galima nustatyti mokymosi negalių priežastis. Vaiką tiria specialistų grupė (psichologas, specialusis pedagogas), kuri nustato vaiko bendrųjų sugebėjimų lygį, įvertina kalbos išsivystymo bei mokymo programos įsisavinimo lygį, įvardija mokymosi problemas bei priežastis. Tėvams suteikiamos rekomendacijos, kaip padėti vaikui, mokytojams rekomenduojami metodai, kaip išaiškinti mokomąją medžiagą.
- Tėvų pareiga – vaiko dienos režimo patikra: miego, maitinimosi įpročiai, galimas vaistų vartojimas, žalingų įpročių užuomazgų

atradimas. Svarbi tėvų pozicija rytais, vaikui ruošiantis eiti į mokyklą. Problemos raiškos pradžioje rytas gali tapti labai sunkiu laiku. Nevertėtų klausti vaiko, kaip jis jaučiasi, nes tai padrąsins jį skūstis. Jei vaikas jaučiasi pakankamai gerai, kad liktų namie, gali eiti ir į mokyklą. Jei nėra pakankamo tikrumo dėl vaiko sveikatos, svarbu įspėti mokytoją, kad, simptomams pablogėjus, nukreiptų į mokyklos medicinos kabinetą, pas socialinį pedagogą, psichologą. Nepakeliantį mokyklos krūvio ir tėvų reikalavimų vaiką gali kamuoti įvairūs virškinimo sutrikimai, pilvo ar galvos skausmai. Pirmieji signalai, kad vaikui mokykloje sunku – rytiniai pykinimai, susiję su nenoru eiti į mokyklą.

- Svarbu žvelgti į savo vaiką ne kaip į mokinį ir vertinti pirmiausia ne mokymosi rezultatus, tačiau svarbu pripažinti vaiką kaip asmenį su individualiaisiais gebėjimais, gabumais, stipriosiomis ir silpnosiomis pusėmis.
- Bendras mokymasis namuose formuoja pozityvų požiūrį į mokslo žinias kaip sistemą, suvokiant, kad galima išmokyti baimių įveikimo. Bendros veiklos su vaiku metu atrandamos naujos, efektyvesnės mokymosi strategijos, akcentuojant palankios mokymosi aplinkos kūrimą namuose. Namų darbų ruošimas už vaiką nėra pageidautinas dalykas; sėdėjimas šalia ar stovėjimas už nugaros, mėginant įveikti dalykus, kurių jį mokėsi, mažina ne tik jo savarankiškumą, bet ir darbo produktyvumą.
- Išskyla šeimos vidinės komunikacijos, santykių kultūros peržiūrėjimo svarba, įsitikinant, ar bendravimas šeimoje nukreiptas į problemos švelninimą, ar į problemos stiprinimą. Artimas kontaktas su vaiku, pokalbiai apie patiriamas problemas ir pasiekimus, ne vien apie pamokų ruošą sukuria pasitikėjimo atmosferą, vaikas jaučiasi saugus šeimoje. Reikalingas vaiko išklausa, atsakymas į dominančius klausimus, supratimo demonstravimas: vaiką labiau drąsina atjaučiantis jo sunkumus supratimas, bet ne skuboti primygtiniai sprendimai.
- Aktualus gebėjimas pagirti, jei vaikui dažnai nesiseka, nors rezultatas ir nepasiektas. Reikšmingi pokalbiai su vaiku apie laisvalaikį: reikšmingas vaiko skatinimas daugiau laiko praleisti su vienmečiais, nes vaikai, bijantys eiti į mokyklą, dažniausiai linkę būti su tėvais, leisti laiką vieni, žiūrėti TV. Svarbus vaiko padaršinimas užsiimti sportu, lankytis bendraamžių namuose. Būtina reikalauti reguliariai lankyti mokyklą – baimę lengviau įveikti, jei su ja išmintingai kovojama, mažinant baimę sukeliančias situacijas.



## Išvados

1. Mokyklos baimė yra tiesioginis šeimos vertybių, ugdymo stiliaus, konfliktų šeimoje atspindys. Tėvai privalo žvelgti į savo vaiką pirmiausiai ne kaip į mokinį, vertinti ne tiek jo mokymosi pasiekimus, kiek žmogiškąsias savybes. Šeima turėtų pripažinti sau ir ugdyti vaike nuostatą, kad egzistuoja skirtingi žmonės su nevienodais gabumais, stipriosiomis ir silpnosiomis pusėmis. Žmogiškoji vaiko vertė ir ateities perspektyvos nemažėja, gavus neigiamą įvertinimą ar nepasiekus to, kas buvo konkrečiam laikotarpiui užsibrėžta. Mokinio ugdymas(is), jo gyvenimas mokyklos aplinkose negali būti tik paties vaiko ar mokyklos problema. Tėvų įsitraukimas į mokyklos gyvenimą aktyvina vaiko mokymosi bei socialinių kompetencijų sklaidą. Šeimos edukacinis prusinimas laikytinas vienu svarbiausių mokyklos baimės švelninimo veiksnių.
2. Ugdymas šeimoje – esminis vaiko auklėjimo aspektas. Tėvų kaip ugdytojų įtaka prilygintina pedagogų vaidmeniui vaiko asmenybės formavimesi. Nei vaiko lepinimas, nei ypatingai griežtas auklėjimo stilius nėra naudingi asmenybės ugdymui. Savito, tik konkrečiai šeimai ir konkrečiam vaikui tinkamo ugdymo stiliaus atradimas – svarbus šeimos auklėjamosios funkcijos atlikimas.
3. Besimokančiųjų teigimu, šeimos įtaka besimokančiajam susidūrus su mokymosi baime bei baimės įveikimo procese labai svarbi. Straipsnyje nagrinėti ugdymo stiliai gali turėti tiesioginės įtakos tiek mokinių baimių formavimuisi, tiek jų mažinimui arba įveikimui. Tėvų domėjimasis mokslo pasiekimais, vadybinis, psichologinis patyrimas, noras mokytis iš savo ir kitų patirties – esminiai veiksniai, turintys įtakos jų vaikų mokyklos baimės mažinimui. Mokymosi mokytis dimensijos efektyvumas, gebėjimas veikti šeimoje remiantis komandiniais principais, atsipalaidavimo technikos, tinkamas poilsio ir mokymosi derinimas ir be medikų pagalbos gali tapti šeimos tradicija, paremta efektyviomis auklėjamosiomis, baimę mažinančiomis priemonėmis. Mokymosi tikslų, strategijų nustatymas, tariantis su mokytojais sustiprina motyvacijos raišką bei palengvina mokymosi medžiagos įsisavinimą. Ekspertų (psichologų, socialinių darbuotojų) paieška bei pritraukimas efektyvina profesionalios pagalbos atradimą.

## Literatūra

1. Ambühl, H. (2001). Soziale Angst verstehen und behandeln. Ein kognitivverhaltenstherapeutischer Zugang. -Stuttgart: Klett-Cotta.
2. Bagdonas, A. (2009). Mokyklos baimės raiška ir jos įveikimo edukaciniai veiksniai. Monografija, Kaunas: Kauno kolegija.
3. Bagdonas, A. (2010). Egzaminų baimė: raiškos ypatumai ir sprendimo galimybės. Kaunas: Kauno kolegija, "Mokslo taikomieji tyrimai Lietuvos kolegijose" 2010, 20 – 30.
4. Bagdonas, A. (2014). Mokyklos baimė: specialiųjų poreikių moksleivių atvejo analizė. Kaunas: Kauno kolegija, "Mokslo taikomieji tyrimai Lietuvos kolegijose" 2013/2014, 83-90.
5. Beckfield, D. (2014). Panikatacken meistern und das Leben zurückgewinnen. Schritt für Schritt Angstzustände überwinden. Junfermann.
6. Damm, D. (2005). Soziale Phobie: Angeboren oder erlernt?
7. Fischer, S. (2004). Schulmüdigkeit und Schulverweigerung. Eine annotierte Bibliografie für die Praxis. - München; Halle: Dokumentation.
8. Hopf, H. (2014). Schulangst und Schulphobie: Wege zum Verständnis und zur Bewältigung Hilfen für Eltern und Lehre.
9. Hurrelmann, K. (1994). Familienstress, Schulstress, Freizeitstress. - Beltz Verlag: Weinheim und Basel.
10. Kaiser, H. (1983). Schulversäumnisse und Schulangst. Eine empirische Analyse der Einflussfaktoren. - Frankfurt am Main: Peter Lang.
11. Krohne, H. (1996). Angst und Angstbewältigung. Köln: Kohlhammer.
12. Markway, B., Markway, G. (2007). Kinderängste und Schüchternheit überwinden. Ein Praxisratgeber für Eltern.
13. Morschitzky, H. (1998). Angststörungen. Diagnostik, Erklärungsmodelle, Therapie und Selbsthilfe bei krankhafter Angst. – Wien.
14. Niederle, M. (2002). So helfen Sie Ihrem Kind. - Freiburg.
15. Oelsner, W., Lehmkuhl, G. (2002). Schulangst. Ein Ratgeber für Eltern und Lehrer. - Zürich: Walter Verlag.
16. Preetz, N. (2012). Nie wieder Angst. So lösen Sie Ängste in Minuten. Verlag Erfolg und Gesundheit.
17. Rost, D. H. (2006). Handwörterbuch Pädagogische Psychologie. Weinheim: Beltz PsychologieVerlagsUnion
18. Schwarzer, R. (2000). Stress, Angst und Handlungsregulation. - Stuttgart: Kohlhammer.
19. Schmidt, S. (2001). Nie mehr Schulstress - München: Gräf und Unzer Verlag.
20. Strittmatter, P. (1990). Angstfrei lernen. In: Lehrer-Journal-Grundschulmagazin.
21. Wachauf, T. (2008). Schulangst, Prüfungsängstlichkeit, Leistungsängstlichkeit: Formen von Angst und Maßnahmen zu deren Verringerung.
22. Wagner, M. (2002). Die Verbreitung des Schulschwänzens in Köln und im Regionalvergleich. – Köln.



## PROBLEM OF SCHOOL ANXIETY: THE ASPECT OF EDUCATION IN THE FAMILY

### Summary

School anxiety, a well-known phenomenon from the times of the foundation of the school, an inter-disciplinary construct, is affected by the factors of the school as an organization, learning peculiarities, the values of the family, the requirements of the education system, and personal characteristics of an individual. The phenomenon of school anxiety is recorded in different countries, cultures, social classes, and systems. It is considered to be an intolerant and objectionable occurrence. It destroys the socialization of an individual, causes future anxiety, aggression and suicides. The school anxiety stems from the broadening of self-expression and citizenship because it causes physiological and mental changes, impedes motivation and progress. The article aims to reveal the links between the phenomenon of school anxiety and the education styles used in the family taking into account the scientific research carried out in Europe in the last decades. It searches for the possibilities of family and school interaction while identifying the mitigating factors of school anxiety. The article analyses family education as one of the factors inducing school anxiety; describes the peculiarities of family education styles, educating environments in the family, parents' as educators' competencies and the (self-) development of pupils' personal features and competencies in the context of the school anxiety. The aim of the research is to investigate the links of the expression of school anxiety from the point of view of family education. The objectives of the research are to define links between family education and school anxiety; analyse the aspects of family education that influence the expression of school anxiety; review the results of the research trying to provide recommendations for families that would help to diminish the expression of school anxiety. The methods of the research include literature analysis, questionnaire, interview, processing of the research data. The article provides recommendations for families, educators and schoolchildren who try to avoid problems created by the phenomenon of school anxiety. The conclusions: education in the family is the main aspect of the child's upbringing. Parents as educators and pedagogues are equally important in the formation of the child's personality. Finding a particular education style intended for a particular child and family is an important educational function of the family.

**Keywords:** school anxiety, social anxiety, educational function of the family.

### Informacija apie autorius

**Dr. Algimantas Bagdonas.** Kauno kolegijos Menų ir Ugdymo fakulteto Pedagogikos katedros lektorius. Mokslinių tyrimų laukas: pedagoginė psichologija, lyginamoji kalbotyra..

El. pašto adresas: [algimantas.bagdonas@go.kauko.lt](mailto:algimantas.bagdonas@go.kauko.lt)

**Asta Jakimavičienė.** Kauno kolegijos, Menų ir Ugdymo fakulteto Pedagogikos katedros lektorė. Mokslinių tyrimų laukas: lyginamoji edukologija, edukacinės aplinkos.

El. pašto adresas: [asta.jakimaviciene@go.kauko.lt](mailto:asta.jakimaviciene@go.kauko.lt)

**Raimonda Sadauskienė.** Kauno kolegijos, Menų ir Ugdymo fakulteto Pedagogikos katedros lektorė. Mokslinių tyrimų laukas: švietimo vadyba, integruotas kalbos ir dalyko mokymas.

El. pašto adresas: [raimonda.sadauskiene@go.kauko.lt](mailto:raimonda.sadauskiene@go.kauko.lt)