



**JONAVOS JERONIMO RALIO GIMNAZIJOS
DIREKTORIUS**

**ĮSAKYMAS
DĖL PSICHOLOGĖS JŪRATĖS ZABARAUSKIENĖS VEIKLOS PROGRAMOS
2026 METAMS PATVIRTINIMO**

2026 m. sausio d. Nr. V1-
Jonava

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos biudžetinių įstaigų įstatymo 9 straipsnio 2 dalies 1 punktu,

t v i r t i n i u psichologės Jūratės Zabarauskienės veiklos planą 2026 metams (pridedama).

Šis įsakymas gali būti skundžiamas Lietuvos Respublikos darbo kodekso nustatyta tvarka Lietuvos Respublikos valstybinės darbo inspekcijos Kauno darbo ginčų komisijai (L. Sapiegos g. 12, Kaunas).

Direktorė

Zita Gudonavičienė

PATVIRTINTA

Jonavos Jeronimo Ralio gimnazijos
direktoriaus 2026 m. sausio d.
įsakymu Nr. V1–

JONAVOS JERONIMO RALIO GIMNAZIJOS PSICHOLOGĖS 2026 M.VEIKLOS PLANAS

2025 m. veiklos analizė

Per 2025 metus psichologinės pagalbos kreipėsi 91 bendruomenės narys – 53 mokiniai, 31 mokytojai bei 15 mokinių tėvų. Per šį laikotarpį su mokiniais įvyko 499 individualios konsultacijos, su mokytojais – 77, su mokinių tėvais – 40. Dažniausiai besikreipiančių asmenų problemos susijusios su žema mokymosi motyvacija ir akademiniiais sunkumais, stresinių situacijų įveika, užsibrėžtų tikslų įgyvendinimo iššūkiais, tarpasmeninių santykių su bendraamžiais ir tėvais sunkumais.

Psichologo veiklos nuoseklumą ir rezultatyvumą sustiprino aktyvus bendradarbiavimas su klasių vadovais, dalykų mokytojais, administracija bei mokinių tėvais (globėjais, rūpintojais). I – IV gimnazijos klasėse mokiniams buvo vedami užsiėmimai aktualiomis psichologinėmis temomis: emocijų atpažinimas ir reguliavimas, sprendimų priėmimo gebėjimai, tarpusavio komunikacijos principai, savivertės stiprinimas, kritinis mąstymas ir informacijos vertinimas, motyvacija ir mokymosi strategijos, socialinė atsakomybė ir ribų nustatymas.

Bendradarbiaujant su socialine pedagoge ir visuomenės sveikatos priežiūros specialiste, gimnazistams organizuotos įvairios psichologinės ir prevencinės veiklos, skatinančios sveiką emocinę ir socialinę raidą, atsakingus sprendimus bei teigiamą elgesį. Mokiniais vesti aktyvūs užsiėmimai ir diskusijos, kurių tikslas stiprinti emocinę sveikatą, ugdyti bendravimo ir konfliktų sprendimo įgūdžius bei mažinti rizikingo elgesio, įskaitant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą, tikimybę. Ypatingas dėmesys skirtas bendradarbiavimui su pedagogais, dirbančiais su specialiujų ugdymosi poreikių turinčiais mokiniais. Teiktos konsultacijos ir rekomendacijos dėl individualių ugdymo planų, pritaikytų mokymosi programų, mokymosi proceso organizavimo bei mokinių psichologinių poreikių tenkinimo. Aptarti kasdienėje praktikoje patiriami įtraukties iššūkiai, pasiūlyti sprendimai ir metodinės rekomendacijos pedagogams.

Atlikti tyrimai, skirti mokinių mokymosi motyvacijos, adaptacijos, pagalbos poveikio akademiniams pasiekimams ir mokytojų kvalifikacijos tobulinimo vertinimui:

1. Pakartotinis tyrimas „Veiksniai, lemiantys mokinių mokymosi motyvaciją“ (I–III gimnazijos klasės) – siekta išsiaiškinti pagrindinius motyvaciją lemiančius veiksniai ir sąsajas su mokymosi rezultatais (135 mokiniai).

2. Mokinių adaptacija naujoje mokymosi aplinkoje (I klasės) – tyrimas buvo skirtas įvertinti mokinių prisitaikymą prie naujų mokymosi sąlygų, reikalavimų ir aplinkos (143 mokiniai).

3. Kompleksiškos pagalbos sąsajos su mokinių matematikos pasiekimais ir mokymosi motyvacija (I – III klasės) – tyrimas siekė nustatyti, kaip teikiama psichologinė, socialinė ir pedagoginė pagalba susijusi su mokinių pasiekimais matematikos dalyke ir jų mokymosi motyvacija (232 mokiniai).

4. Kvalifikacijos tobulinimo mokymų vertinimas (8 mokymai). Vertinimo tikslas buvo įvertinti mokymų turinio aktualumą, praktiškumą ir poveikį pedagogų profesiniam tobulėjimui bei parengti rekomendacijas būsimų mokymų organizavimui.

Visų tyrimų rezultatai buvo pristatyti ir aptarti su mokiniais, mokytojais bei klasių vadovais, pateiktos rekomendacijos tolimesnėms prevencinėms, ugdomosioms ir pagalbos priemonėms.

Siekiant stiprinti kompetencijas lyderystės, komunikacijos, mokinių elgesio valdymo ir prevencijos srityse, dalyvauta įvairiuose mokymuose, konferencijose ir seminaruose. Mokymai „Lyderystė“ – stiprinti pedagogų vadovavimo, komandos valdymo ir iniciatyvumo įgūdžius. Seminaras „Duomenų apsauga. Efektyvi komunikacija. Teisės, pareigos ir atsakomybės“ – supažindinta su asmens duomenų apsaugos principais, efektyvios komunikacijos strategijomis bei pedagogų teisėmis ir atsakomybėmis. Mokslinė – praktinė konferencija „(Ne)patogus vaikas – (ne)pasiruošusi sistema“ – aptartos strategijos, kaip reaguoti į mokinių elgesio iššūkius ir pritaikyti ugdymo sistemą individualiems poreikiams. Mokymai „Nuo pabandymo iki priklausomybės: ką gali mokykla?“ – nagrinėta, kaip mokyklos aplinka ir prevencinės priemonės gali padėti mažinti mokinių priklausomybės riziką. Pagal poreikį konsultuotasi su Jonavos švietimo pagalbos tarnyba dėl individualių ugdymo planų rengimo bei specialiųjų poreikių turintiems mokiniams pritaikytų programų kūrimo. Dalyvauta mokyklos Vaiko gerovės komisijos veikloje. Vykdoma veikla buvo įvairiapusė ir atitiko gimnazijos keliamus tikslus.

Tikslas – užtikrinti mokinių psichinę gerovę ir sudaryti tinkamas psichologines ugdymo sąlygas, formuojant teigiamą gimnazijos bendruomenės psichologinę aplinką.

Uždaviniai:

1. Teikti psichologinę pagalbą mokiniams, susiduriantiems su ugdymosi, asmenybės, bendravimo, emocijų ar elgesio sunkumais, padėti spręsti kasdienes mokymosi ir tarpasmenines problemas, teikti konsultacijas jų tėvams, mokytojams ir kitiems gimnazijos darbuotojams dėl tinkamos pagalbos organizavimo.
2. Atlikti mokinių, patiriančių mokymosi, psichologinių, socialinių ar asmenybės sunkumų, sisteminių vertinimą psichologiniu požiūriu, identifikuojant jų stipriąsias puses ir galimas pagalbos sritis, rengti rekomendacijas tolimesniam ugdymui.
3. Vykdyti prevencinę veiklą, siekiant stiprinti teigiamą psichologinę aplinką, mažinti konfliktus, skatinti tarpusavio pagarbą, bendradarbiavimą ir mokinių emocinį atsparumą.

4. Organizuoti gimnazijos bendruomenės psichologinį švietimą, teikiant konsultacijas mokytojams, tėvams ir kitiems darbuotojams, skleisti informaciją apie psichologinę paramą, ugdymo procesą ir prevencijos priemones.

Veikko sritys	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys	Veiklos rezultatas
Konsultavimas	Individualūs pokalbiai, konsultacijos su mokiniais.	Visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė	Kyla mokinių bendravimo ir bendradarbiavimo kultūra, gerėja tarpasmeniniai santykiai su tėvais, draugais ir pedagogais. Mokiniai geba spręsti iškilusius konfliktus bei problemas, susijusias su mokymosi sunkumais ir lankomumu, rodo didesnę susidomėjimą savęs pažinimu. Stebimas psichologinės sveikatos gerėjimas, mažėja netinkamo elgesio apraiškų. Pagalba mokiniui teikiama sistemingai ir įvairiapusiškai.
	Individualūs pokalbiai, konsultacijos mokytojams. Konsultacijos mokytojams, ugdantiems SUP turinčius mokinius dėl jų kognityvinių gebėjimų, elgesio ir emocijų, ugdymo ypatumų.	Visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė	Stiprėja mokinių tarpusavio ir mokytojų santykiai, aktyvėja bendradarbiavimas su mokytojais bei mokinių tėvais (globėjais, rūpintojais). SUP mokinių pasiekimai ir iššūkiai kiekvieno pusmečio pabaigoje aptariami su mokytojais ir tėvais, teikiamos rekomendacijos tolimesnei pagalbai.
	Individualūs pokalbiai, konsultacijos su tėvais.	Visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė	Užtikrinamas glaudesnis bendradarbiavimas su mokinių tėvais, leidžiantis efektyviau spręsti problemas, susijusias su santykiais šeimoje, gerinti tarpusavio komunikaciją ir teikti nuoseklią pagalbą mokiniams mokyklos aplinkoje.
Tiriamasis darbas (įvertinimas)	Mokinio galių ir sunkumų, psichologinių, socialinių, asmenybės, ir ugdymosi problemų įvertinimas psichologiniu aspektu.	Pagal poreikį visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė	Savalaikis mokinių psichologinių galių ir sunkumų įvertinimas leis parengti rekomendacijas tolimesnei pagalbai. Tikimasi, kad mokiniai geriau supras savo galimybes, efektyviau spręst mokymosi ir emocinius sunkumus, ugdysis savarankiškumo įgūdžius bei gebėjimą įveikti kylančias problemas.
	Individualių pagalbos planų parengimas SUP mokiniams.	Pagal poreikį visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė VGK komisija	Parengti planai.

	Mokinių veiklos ir elgesio stebėjimas pamokose.	Pagal poreikį visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė, klasių vadovai, mokytojai.	Pamokų stebėjimas leis nustatyti mokinių veiklos ir elgesio iššūkius, pateikti rekomendacijas dėl mokymosi proceso organizavimo bei nepageidaujamo elgesio korekcijos galimybių. Bus pagerintas mokinių išitraukimas pamokose, efektyviau organizuojamas mokymosi procesas ir mažinamas nepageidaujamas elgesys.
	Tyrimas: „Diferencijuoto ugdymo taikymas gimnazijoje: mokinių ir mokytojų požiūrių kiekybinė analizė“.	2026 vasaris	K. Čepukėnė J. Zabarauskienė	Tyrimas leis įvertinti, kaip gimnazijoje taikomas diferencijuotas ugdymas bei ar mokytojų praktika atitinka mokinių patirtį ir nuomonę. Bus nustatyta, kuriose srityse diferencijavimo strategijos veikia sėkmingai, o kur reikalingi patobulinimai, siekiant geresnio mokinių išitraukimo, mokymosi motyvacijos ir pasiekimų.
	Tyrimas: „Rūkymo paplitimas 15 – 16 m. amžiaus mokinių tarpe“.	2026 kovas	J. Zabarauskienė O. Smailienė	Tyrimas leis nustatyti, koks yra rūkymo paplitimas 15–16 metų mokinių tarpe, mokinių požiūrį į tabako vartojimą ir galimas rizikos grupes. Bus įvertinta, kuriose mokinių grupėse reikalingos prevencinės priemonės, ir tai suteiks pagrindą planuoti efektyvias prevencines programas bei mažinti rizikingą elgesį.
	Tyrimas: „Patyčių paplitimas I – IV klasių mokinių tarpe“	2026 kovas	J. Zabarauskienė O. Smailienė	Tyrimas leis nustatyti patyčių paplitimą I–IV klasių mokinių tarpe bei atskleisti dažniausias patyčių formas ir aplinkybes. Bus identifikuotos rizikingos grupės ir situacijos, o tai suteiks pagrindą planuoti prevencines priemones, gerinti mokinių tarpusavio santykius ir kurti saugesnę mokyklos aplinką.
	I-tų klasių mokinių adaptacijos naujoje mokymosi aplinkoje tyrimas.	2023 gruodis	J. Zabarauskienė	Įvertintas mokinių adaptacijos periodas gimnazijoje. Gimnazijos bendruomenė supažindinta su atlikto tyrimo rezultatais. Pateiktos išvados ir rekomendacijos. Mokiniai lengviau ir greičiau prisitaiko I gimnazijos klasėse.
Psichologinis švietimas/ prevencinė veikla	Mokinių, švietimas aktualiais psichologijos klausimais. Klasės valandos I–IV klasių mokiniams aktualiomis	Pagal poreikį visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė	Po užsiėmimų mokiniai geriau supras savo emocijas, gebės jas tinkamai valdyti ir įveikti stresą, bus labiau pasiruošę priimti sprendimus ir prisiimti atsakomybę už savo pasirinkimus. Bus sustiprinta mokinių

	temomis: „Savęs pažinimas ir emocijų valdymas“, „Streso įveikos strategijos“, „Efektyvus sprendimų priėmimas ir atsakomybė už pasirinkimus“, „Savivertės ugdymas“, „Paauglystės iššūkiai ir rizikingas elgesys“, „Lyčių stereotipų atpažinimas ir tolerancijos ugdymas“, „Savarankiško mokymosi įgūdžių ugdymas“ ir kt.			savivertė, bus ugdomi tolerancijos ir bendradarbiavimo įgūdžiai, bei bus pagerinti mokymosi strategijų ir savarankiško mokymosi įgūdžiai.
	Mokytojų, klasės vadovų, tėvų švietimas aktualiais mokinio (vaiko) psichologijos, pedagoginės ir socialinės psichologijos klausimais. Informacinės medžiagos, rekomendacijų parengimas (pagal poreikį).	Visus mokslo metus,	J. Zabarauskienė	Mokiniai ir jų tėvai aktyviau naudosis psichologo teikiama pagalba bei bus labiau pasiruošę kreiptis pagalbos sprendžiant asmenines, emocines ar mokymosi problemas. Mokytojai ir klasės vadovai geriau supras psichologo vaidmenį, jo funkcijas ir paramos galimybes, o tai leis sklandžiau spręsti kylančius sunkumus, gerinti bendradarbiavimą su mokiniais ir tėvais bei stiprinti mokinių psichologinę gerovę.
	Socialinių įgūdžių dirbtuvės „Kaip susitarti“	Rugsėjis – spalio	O. Smailienė, J. Zabarauskienė	Geresni bendravimo įgūdžiai, komandos formavimas
	Pavojai internete: patyčios, seksualinis priekabiavimas, finansinis sukčiavimas	Lapkričio mėn.	O. Smailienė, J. Zabarauskienė, I. Danielė,	Ugdomas mokinių sąmoningumas, kritinis mąstymas, siekiant apsaugoti save bei kitus. Suteiktos žinių apie savisaugą bei pagalbos paieškas, patekus į nesaugią situaciją internetinėje erdvėje.
	Dalyvavimas „Vaikų linija“ iniciatyvoje „Kovas – sąmoningumo didinimo mėnuo BE PATYČIŲ“	Kovo mėn.	O. Smailienė, J. Zabarauskienė, klasių vadovai.	Kuriams saugesnis mikroklimatas gimnazijoje, siekiant bendruomenės aktyvesnio įsitraukimo į organizuojamas veiklas.
	Akcijos organizavimas „Gegužė mėnuo be smurto“	Gegužės mėn.	O. Smailienė J. Zabarauskienė	Didinams mokinių sąmoningumas vaiko teisių ir pareigų bei smurto klausimais. Pateikta aktuali

	prieš vaikus“		I. Danielė	informaciją apie vaiko teisių apsaugą.
	Akcija skirta Pasaulinei dienai be tabako paminėti „Ar žinai ką rūkai?“	Gegužės mėn.	O. Smailienė J. Zabarauskienė I. Danielė	Didinti mokinių sąmoningumą rūkymo ir „garinimo“ tema, siekiant suteikti kuo daugiau žinių apie rūkymo žalą, poveikį sveikatai, toksiškų medžiagų paplitimą.
Bendravimas, bendradarbiavimas	Dalyvavimas Vaiko gerovės komisijos darbe.	Pagal poreikį visus mokslo metus.	VGK komisijos nariai.	Numatomi ugdymo tikslų ir uždavinių pasiekimo būdai, bendradarbiaujama su mokytoju, pagalbos mokiniui specialistais, klasių vadovais. Bendradarbiavimas sprendžiant iškilusias problemas, gerėja ugdymo turinio įgyvendinimas. Gerėja gimnazijos psichologinis klimatas.
	Bendradarbiavimas su Jonavos ŠPT Darbuotojais.			Bendraujama ir bendradarbiaujama, gerėja darbo patirtis, tarpinstitucinis bendradarbiavimas.
Organizacinis darbas	Informacijos, dokumentų, reglamentuojančių mokyklos psichologo darbą rinkimas ir saugojimas. Metinės veiklos planų, ataskaitų rengimas. Individualios psichologinės ir kitos pagalbos registracijos žurnalų pildymas. Įvairių sąrašų, klausimynų, blankų paruošimas. Tyrimų duomenų analizavimas. Specialiųjų ugdymosi poreikių įvertinimo dokumentų kaupimas. Didaktinės medžiagos užsiėmimams rengimas. Kvalifikacijos kėlimo apskaitos lapo pildymas. Ruošimasis konsultacijoms, paskaitoms, grupiniams užsiėmimams.	Visus mokslo metus.	J. Zabarauskienė	Kaupiami dokumentai, metodinė medžiaga, nuolat tobulinama psichologinio darbo sistema.
Kvalifikacijos	Individualus kvalifikacijos	Visus	J. Zabarauskienė	Specialybės žinių gilinimas gerins mokiniams

kėlimas	tobulinimas, savišvieta.	mokslo metus.		teikiamos profesionalios psichologinės pagalbos kokybę.
----------------	--------------------------	---------------	--	---

PASTABA: Veiklos planas gali keistis, atsižvelgiant į organizuojamus renginius rajone, seminarus ir kitas veiklas.

PRITARTA

Vaiko gerovės komisijos
2026 m. sausio 15 d. posėdžio
protokolo Nr. VG–1

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	JONAVOS JERONIMO RALIO GIMNAZIJA
Dokumento pavadinimas (antraštė)	Įsakymas dėl psichologės Jūratės Zabarauskienės veiklos programos 2026 m. patvirtinimo
Dokumento registracijos data ir numeris	2026-01-19 Nr. V1-17
Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris	-
Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo	ADOC-V1.0
Parašo paskirtis	Pasirašymas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Zita Gudonavičienė Direktorius
Parašo sukūrimo data ir laikas	2026-01-16 15:47
Parašo formatas	Ilgalaikio galiojimo (XAdES-XL)
Laiko žymoje nurodytas laikas	2026-01-20 00:00
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	EID-SK 2016
Sertifikato galiojimo laikas	2023-04-04 16:58 - 2028-04-02 23:59
Parašo paskirtis	Registravimas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Vaida Kazlauskienė Raštinės administratorius
Parašo sukūrimo data ir laikas	2026-01-19 07:44
Parašo formatas	Ilgalaikio galiojimo (XAdES-XL)
Laiko žymoje nurodytas laikas	2026-01-19 07:44
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	EID-SK 2016
Sertifikato galiojimo laikas	2024-01-22 16:10 - 2029-01-20 23:59
Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti	-
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	1
Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius	0
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	Psichologės J. Zabarauskienės veikos planas_2026 m..docx
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	Elpako v.20251219.1
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)	Tikrinant dokumentą nenustatyta jokių klaidų (2026-10-08)
Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas	2026-10-08 nuorašą suformavo Daiva Sirtautienė
Paieškos nuoroda	-
Papildomi metaduomenys	Nuorašą suformavo Dokumentų valdymo sistema „Deka Office“ (2026-10-08)