

**Atviras neįgaliesiems
universitetas**

**Open University for
People with Disabilities**



Jungtinių Tautų neįgaliųjų teisių konvencija (toliau – Konvencija) įtvirtina žmogaus teisėmis grįsta negalios sampratą. Šis dokumentas nesukuria jokių naujų teisių žmonėms su negalia; jis tiesiog sukonzentruoja jas viename dokumente ir suteikia negalią turintiems žmonėms daugiau matomumo.

Konvencija įtvirtina sąvoką – tinkamas sąlygų pritaikymas (ang. reasonable accomodation), kuri suprantama kaip studijų proceso pritaikymas, aplinkos pritaikymas bei kitos reikalingos priemonės (pvz., papildomos asistavimo, konspektavimo ar kt. paslaugos). Svarbu paminėti, jog negalia – kintanti sąvoka. Vilniaus universitete, remiantis Jungtinių Tautų konvencijos apibrėžimu, negalia laikomi

ilgalaikiai fiziniai, psichikos, intelekto ar jutimo sutrikimai, kurie sąveikaudami su įvairiomis kliūtimis gali trukdyti asmeniui visapusiškai ir veiksmingai dalyvauti visuomenėje ir studijuoti lygiai su kitais asmenimis.

Universiteto įsipareigojimą nuosekliai rūpintis tinkamu sąlygų užtikrinimu negalią turintiems studentams / studentėms įtvirtino 2017 metais Senate patvirtinta strategija „Atviras neįgaliesiems universitetas“. Tai yra pirmas tokio pobūdžio dokumentas Lietuvos aukštosiose mokyklose, žymintis ilgalaikį įsipareigojimą sistemingai dirbti lygių galimybių negalią turintiems žmonėms užtikrinimo srityje.

Dėl papildomos informacijos bei mokymų
kreipkitės į VU neįgaliųjų reikalų koordinatorem (-ių)
el. paštu negalia@cr.vu.lt
www.vu.lt/negalia

STUDIJŲ PROCESO INDIVIDUALIZAVIMO TVARKA

Remiantis studijų individualizavimo pagal individualiuosius poreikius, kylančius dėl negalios, tvarkos aprašu, studijuojantiems / studijuojančiosioms, turintiems / turinčioms negalią, tam tikri studijų proceso aspektai pagal sritį (studijų aplinka, studijų medžiaga, pasiekimų vertinimas ir kt.) pritaikomi pagal individualiuosius poreikius.

Negalią turinčiais studentais / studentėmis laikomi asmenys, turintys ilgalaikių fizinių, psichikos, intelekto ar jutimo sutrikimų, kurie sąveikaudami su įvairiomis kliūtimis gali trukdyti šiems asmenims visapusiškai ir veiksmingai dalyvauti visuomenėje ir studijuoti lygiai su kitais asmenimis. Tai reiškia, kad negalia laikomos ir „nematomos“ negalios - mokymosi sunkumai, psichosocialinė negalia, kurie įgauna didelę reikšmę studijų kontekste (disleksija, diskalkulija, dėmesio sutrikimai, ilgalaikiai psichikos sveikatos sutrikimai ir pan.).

Studentai / studentės ir klausytojai / klausytojos, turintys negalią ir siekiantys, kad studijų procesas būtų pritaikytas, kreipiasi į neįgaliųjų reikalų koordinatorę (-ių) **iki semestro pradžios arba per pirmas dvi pirmojo studijų semestro savaites**. Tai galima padaryti užpildžius anketą vu.lt/negalia skiltyje.

Studentui / studentei užpildžius anketą, individualaus susitikimo metu neįgaliųjų

reikalų koordinatorė (-ius) išsiaiškina dėl negalios studijų procese kylančius individualiuosius poreikius, kurie pagrindžiami reikiama dokumentais. Tai nebūtinai turi būti nustatytas darbingumo lygis – negalią pagrįsti tinka ir gydytojo ar specialisto išrašas, pažyma ar rekomendacija, pagrindžianti studijų kontekste kylančius poreikius.

Neįgaliųjų reikalų koordinatorė (-ius), remdamasi pateikta informacija, parengia **rekomendaciją** dėl studijų proceso individualizavimo, kurią perduoda kamieniniam akademiniam padaliniiui. Rekomendacijoje nurodyti studentui / studentei kylantys poreikiai ir rekomenduojami būdai jiems patenkinti. Neįgaliųjų reikalų koordinatorė (-ius) taip pat konsultuoja studentus / studentes ir darbuotojus / darbuotojas studijų proceso individualizavimo klausimais, padeda ieškoti alternatyvių ir tinkamiausių studijų individualizavimo būdų.

Padalinyje, remiantis rekomendacija ir atsižvelgiant į studijų programos specifiką, patvirtinamas **studijų individualizavimo planas**. Jis adresuojamas dėstytojams / dėstytojoms ir kitiems darbuotojams / darbuotojoms, kurie įgyvendina studijų proceso individualizavimą.

Jeigu studentas / studentė pasirenka neatskleisti turimos negalios arba nesutinka, kad būtų parengtos rekomendacijos, universitetas negali užtikrinti, kad individualieji poreikiai bus patenkinti.

SKIRTINGAI NEGALIAI – ĮVAIRI PAGALBA

Studentams / studentėms pagal dėl negalios kylančius individualius poreikius pritaikomos alternatyvios studijų ir atsiskaitymo formos, tačiau nedaroma nuolaidų vertinant studento / studentės pasiekimus.

Atsiskaitymus ir kitus studijų proceso aspektus galima pritaikyti šiais ir kitais būdais, priklausomai nuo individualių poreikių (sąrašas rekomendacinis, pateikti tik dažniausiai pasitaikantys individualizavimo būdai):

- skaidrių ir užduočių lapų pateikimas tinkamu šriftu;
- pasiekimų vertinimo laiko pailginimas 25 %;
- tinkamas aplinkos pritaikymas;
- tvarkaraščių koregavimas siekiant naudoti prieinamas auditorijas;
- studijų medžiagos pateikimas iš anksto, el.būdu;
- galimybės egzamino ir paskaitų metu naudotis kompiuteriu bei reikiama programine įranga sudarymas.

PSICHOLOGO KONSULTACIJOS, INDIVIDUALIŲ UGDYMO SIPOREIKIŲ ĮVERTINIMAS

Studijų procese ar asmeniniame gyvenime susidūrus su problemomis, gali būti reikalinga specialisto konsultacija. Psichologinio konsultavimo tikslas – padėti žmonėms išsiaiškinti, suprasti bei spręsti asmeninius arba tarpasmeninius su psichologine savijauta ar elgesiu susijusius sunkumus. Konsultacijų ir mokymų centras (KMC), esantis prie Filosofijos fakulteto, teikia profesionalias psichologines konsultacijas (individualias, grupines), organizuoja atviras paskaitas, mokymus bei pažintinius užsiėmimus.

KMC teikia įvertinimo paslaugą. Ši paslauga gali būti aktuali asmenims, turintiems mokymosi sunkumų (disleksiją, disgrafiją ir pan.). KMC specialistai gali įvertinti turimus mokymosi sunkumus, o su jais susijusius individualius poreikius patvirtinti rekomendacija dėstytojams / dėstytojoms ar fakulteto administracijai.

KMC paslaugos VU bendruomenės nariams teikiamos su nuolaida.

Daugiau informacijos:

El. p. kmc@fsf.vu.lt

Tel. (+370 5) 268 7254

STUDIJOS UŽSIENYJE

ERASMUS+ programos konkurse skiriama papildoma parama

Studentai / studentės, dalyvaujantys Erasmus+ programoje bei turintys dėl negalios ar kitos su sveikata susijusios būklės kylančių individualių (specialiųjų) poreikių turi galimybę gauti papildomą finansavimą šių poreikių užtikrinimui. Paramai gauti reikia tiesiogiai kreiptis į Švietimo mainų paramos fondą (www.smpf.lt) ir užpildyti būtinuosius dokumentus:

- prašymą ir paraišką (patvirtintą VU Erasmus institucinio koordinatoriaus) kurios teikiamos ne vėliau nei likus 1 mėnesiui iki Jūsų išvykimo į studijas;
- pasirašoma sutartį dėl papildomos dotacijos skyrimo;
- negalią ar specialiuosius poreikius patvirtinančius dokumentus.

Daugiau informacijos apie ERASMUS+ programą ieškokite Vilniaus universiteto Tarptautinių ryšių skyriaus interneto svetainėje.

FINANSINĖ PARAMA INDIVIDUALIEMS DĖL NEGALIOS KYLANTIEMS POREIKIAMS

Studentai / studentės, turintys 45 proc. arba mažesnę darbingumo lygį, gali gauti šias finansinės pagalbos priemones:

- Finansinės pagalbos išmokas specialiesiems poreikiams tenkinti – 50 proc. bazinės socialinio draudimo pensijos dydžio kas mėnesį – 82,30 EUR (2019 m.)
- Tikslinę išmoką studijų išlaidoms iš dalies kompensuoti – 121,6 EUR (2018 m.) už kiekvieną semestrą, studijuojantiems aukštosiose mokyklose Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšomis nefinansuojamose vietose.
- Tikslinę išmoką studijų prieinamumui didinti – iš Švietimo ir mokslo ministerijai skirtų Europos Sąjungos struktūrinių fondų asignavimų kartą per mėnesį skiriama 152 EUR dydžio išmoka.
- Socialinę stipendiją – kartą per mėnesį skiriama 3,25 BSI – 123,50 EUR (2018 m.) dydžio išmoka.
- Bet kokio lygio negalią turintys, valstybės finansuojamoje vietoje studijavę ir studijas nutraukę studentai yra atleidžiami nuo krepšelio grąžinimo į valstybės biudžetą.
- 45 proc. ar mažesnę darbingumo lygį turintys asmenys negalintys valstybės remiamos paskolos grąžinti dėl neįgalumo, ligos ar sužalojimo Valstybinio studijų fondo direktoriaus sudarytos komisijos sprendimu gali būti atleidžiami nuo valstybės remiamos paskolos ar jos dalies grąžinimo.

Daugiau informacijos apie tikslines išmokas rasite:
www.vsf.lt/studentams

- Stojant į Vilniaus universitetą, negalią turintys asmenys gali būti atleidžiami nuo stojamosios studijų įmokos ir registracijos mokesčio. Šie asmenys Universiteto priėmimo komisijai turi pateikti prašymą bei dokumentą, įrodantį 45 proc. arba mažesnį darbingumo lygį.

Finansinė pagalba individualiems (specialiesiems) poreikiams tenkinti ir tikslinės išmokos studijų prieinamumui didinti yra skiriamos vienam semestru. Norėdami gauti finansinę pagalbą studentai / studentės su negalia per 10 darbo dienų nuo

kiekvieno semestro pradžios, Vilniaus universiteto Studijų informacinėje sistemoje turi pateikti prašymą finansinei pagalbai gauti ir neįgaliojo pažymėjimo kopiją. Prašymas tikslinei išmokai gauti teikiamas Valstybinio studijų fondo informacinėje sistemoje prisijungus elektroniniu būdu. Rudens semestru – nuo einamųjų metų rugsėjo 1 d. iki spalio 16 d., pavasario semestru – nuo einamųjų metų vasario 1 d. iki kovo 16 d. Pasibaigus neįgaliojo pažymėjimo galiojimui, pratęsto pažymėjimo turėtų būti pateikta kuo skubiau.



Daugiau informacijos rasite
Valstybinio studijų fondo interneto svetainėje adresu
www.vsf.lt

TRUMPAI APIE SKIRTINGĄ NEGALIĄ

Šie **patarimai** skiriami dėstytojams ir administracijos darbuotojams ir parengti bendradarbiaujant su negalios organizacijomis, Vilniaus universitete suburta negalios ekspertų grupė bei pačių negalią turinčių studentų patarimais.

Jeigu jau žinote, jog negalią turintis studentas / studentė užsiregistravo į Jūsų dėstomą kursą, pasistenkite surinkti aktualią informaciją apie jo / jos judėjimo galimybes, bendravimo įgūdžius ir ankstesnę mokymosi patirtį, nes tai gali būti svarbu siekiant užtikrinti studijų proceso prieinamumą. Svarbu atsižvelgti į medžiagos pritaikymo poreikį, pertraukėlių dažnumą ir ilgumą bei papildomos pagalbos poreikį.

Prisiminkite, kad kurso dalyviai, turintys negalią, visų pirma yra tokie patys kaip visi kiti studentai. Draugiškas priėmimas bei individualus dėmesys dažnai yra ypač svarbūs negalią turintiems studentams / studentėms. Kurso / dalyko prieinamumą užtikrinti bus daug paprasčiau, jeigu Jūs iš anksto pasiruošite ir atitinkamai pritaikysite savo kursą skirtingiems poreikiams.

Svarbiausia prisiminti, jog negalią turintys studentai / studentės taip pat nori iššūkių. Studijų proceso pritaikymas jokia būdu nereiškia ypatingų privilegijų ar išimčių.

Esant mokymų apie negalią poreikiui kreipkitės VU neįgaliųjų reikalų koordinatorę el. paštu: negalia@cr.vu.lt



♦ **REGOS NEGALIA: aklumas arba silpnaregystė**

Toliau pateikiami trumpi patarimai, kurie padės įtraukti regėjimo sutrikimų turinčius asmenis į daugelį dėstomų kursų.

Regėjimo sutrikimai būna skirtingi. Prieš prasidedant kursui arba kaip galima anksčiau turite išsiaiškinti studento poreikius ir galimybes. Skirkite laiko pokalbiui ir nedvejodami užduokite klausimų.

Esant poreikiui dėstytojas turėtų suteikti studentui / studentei informaciją apie fizines vietas sąlygas auditorijoje: įėjimą, laiptus aukštyn ir žemyn, tam tikras priemones (pvz., specialią šviesą).

Geras prisistatymas dėstomo kurso pradžioje ypač svarbus tada, kai auditorijoje yra žmogus, turintis regėjimo negalią. Studentas / studentė atpažins balsus ir žinos, kurioje auditorijos vietoje yra kiti studentai. Visi turėtų pasakyti savo vardą seminaro pradžioje arba prieš ką nors sakydami. Esant galimybei, iš anksto nusiųskite studentui / studentei kitos paskaitos medžiagą. Paklauskite, kokia forma jam / jai tinkamiausia.

Aklieji dažniausiai naudojami įvairiomis teksto skaitymo programomis, todėl svarbu, kad pateikta medžiaga būtų tinkama nuskaityti teksto skaityklėms. Problemų nekyla, jeigu informaciją pateikiate Word

formatu. Jeigu naudojate PDF formatu parengtą informaciją ir norite, kad ji būtų prieinama ir nematantiems studentams / studentėms, turėtumėte patikrinti, kaip išsaugotas dokumentas: jeigu dokumentą spustelėjus kairiuoju pelės klavišu pasižymi visas tekstas – šis dokumentas nėra tinkamas nuskaityti teksto skaityklėms, o jeigu pasižymi atskiri teksto žodžiai – tekstas tinkamas nuskaityti.

Rengdami dėstomo kurso medžiagą neregiamis prisiminkite, jog teksto skaityklės nuskaitytą tekstą iš kairės į dešinę, nuo viršaus į apačią. Naudojamus paveikslėlius ar diagramas taip pat pavadinkite arba trumpai apibūdinkite.

Neregiamis ir silpnaregiamis labai svarbu turėti galimybę per paskaitas naudotis diktofonu, todėl nebijokite suteikti tokią galimybę.

Kartais neregiamis ir silpnaregiamis gali prireikti skirti papildomo laiko atsiskaityti, todėl ši galimybė jiems turi būti užtikrinta.

Nekeiskite savo kalbos! Jūs ir toliau galite vartoti tokias frazes kaip „iki pasimatymo“ ar „pažiūrėkite“. Nebijokite pakviesti neregius kalbėti ir diskutuoti į auditorijos priekį.

Norint parengti pritaikytą mokomąją informaciją (tekstus, pristatymus, skaidres) silpnaregiamis, svarbu atsižvelgti į šiuos patarimus:

1) Naudokite tinkamą kontrastą

Pvz.:

Puikus kontrastingo teksto pavyzdys – jei įmanoma, rinkitės tamsų foną ir šviesų tekstą, taip labiau ilsisi akys.

Kai nėra kontrasto, tekstas beveik nepastebimas.

2) Šriftą

Naudokite šriftus, kur aiškiai skiriasi mažosios ir didžiosios raidės, o pačios raidės „nupieštos“ vienodo storio linija.

- Tinkami šriftai:
Verdana, Calibri, Arial
- Netinkami šriftai:
 - Times New Roman (nevienodo storio raidės linija)
 - *Visi rankraščio tipo šriftai*
 - **Siauri ir aukšti šriftai**
 - Dekoratyvūs šriftai

3) Šrifto dydį

- Geras šrifto dydis spausdintam tekstui: 14 Arial, 16 Arial.
- Per mažas dydis Arial 9

4) Šrifto stilių

- Svarbiai informacijai ar pavadinimams paryškinti **tinka „bold“ tekstas**
- Nenaudoti *Italic (pasvirusio) teksto, vengti pabraukimų*
- **NERAŠYTI ILGŲ TEKSTŲ DIDŽIOSIOMIS RAIDĖMIS – TAI SUNKINA SKAITYMĄ**

5) Lentelės turi būti ryškios:

Esant mokymų apie negalią poreikiui kreipkitės
VU neįgaliųjų reikalų koordinatorę (-ių) el. paštu:
negalia@cr.vu.lt

- **KLAUSOS NEGALIA: kurtumas arba silpna klausa**

Kurtieji savo gimtąja kalba laiko lietuvių gestų kalbą. Pagrindinis informacijos gavimo šaltinis jiems yra gestų kalbos vertėjo paslauga. Studentai / studentės, turintys klausos sutrikimų, naudojami klausos kompensavimo techninėmis priemonėmis – klausos aparatais, kochleariniais implantais, FM ryšio sistema.

Visais atvejais prieš pradėdant kursą rekomenduojama pabendrauti su negirdinčiu studentu / studente ir jo gestų kalbos vertėju, tokiu būdu galėsite aptarti kalbėjimo tempą, išsiaiškinti kurso metu vartojamą terminiją ir pan.

Dėstydami kursą stenkitės kalbėti aiškiai ir ne per greitai, geriausia kalbėti sakiniais su aiškia pradžia ir pabaiga. Tokiu būdu palengvinsite gestų vertėjo darbą ir apsisaugosite nuo klaidingos informacijos perteikimo.

Esant galimybei darykite trumpas pertraukėles. Tai palengvins negirdinčio studento / studentės ir jo gestų kalbos vertėjo darbą.

Jeigu per paskaitą organizuojate diskusiją, visus įspėkite, jog vienu metu kalbėtų tik vienas studentas.

Lietuvių gestų kalbos vertėjas tik perduoda informaciją iš lietuvių gestų kalbos į lietuvių kalbą arba atvirkščiai. Jis neteikia jokios papildomos informacijos studentui / studentei, nepadedą atlikti užduočių ir pan.

Neprigirdintys studentai / studentės dažniausiai informaciją gauna skaitydami iš lūpų, todėl labai svarbu, jog kalbėtumėte neužsidengę burnos, aiškiai ir veidu į auditoriją. Geriausia pasirinkti vieną stovimą / sėdimą vietą.

Ir kurtiems, ir neprigirdintiems studentams / studentėms svarbu gauti dėstomo dalyko konspektus. Geriausia, kad medžiagą pateiktumėte iš anksto prieš paskaitą.

Jeigu dėstomo kurso metu naudojate vaizdo medžiagą, pasistenkite, kad jos titrai būtų lietuviški.

Klausymosi užduotis negirdintiems studentams / studentėms turėtų būti pakeistos į rašymo užduotis.

Daugiau informacijos apie gestų kalbą rasite:

www.lkd.lt

- **JUDĖJIMO NEGALIA**

Jeigu žinote, jog jūsų dėstomą kursą lankys studentas / studentė, turintis / turinti judėjimo sunkumų, pasistenkite savo darbą organizuoti labiausiai pritaikytoje auditorijoje. Jeigu nuspręstumėte netikėtai pakeisti auditoriją, būtinai apie tai įspėkite negalią turinčius studentus, nes jie savo laiką planuoja iš anksto, todėl labai svarbu, kad jie apie bet kokius pakeitimus sužinotų laiku.

Judėjimo sutrikimai būna įvairūs, dėl skirtingo stiprumo raumenų ar nervų pažeidimų jie skirtingai apriboja žmogaus judesius.

Prieš skubėdami padėti judėjimo negalią turinčiam studentui / studentei būtinai

paklauskite, ar Jūsų pagalba reikalinga. Netinkamai paėmus už vežimėlio, jį galima lengvai sugadinti. Studentai / studentės, judantys vežimėlyje, patys pasakys, kaip jiems padėti.

Nebijokite kviesti studentų / studentų, turinčių judėjimo sunkumų, atsiskaityti į auditorijos priekį. Jeigu pakyla per aukšta studentas / studentė gali kalbėti šalia jos.

Nekeiskite savo kalbos! Jūs ir toliau galite vartoti tokius žodžius kaip „nueik“ ar „ateik“.

Daugiau informacijos apie prieinamą aplinką galite rasti čia:

www.beslenksciu.lt



- **NEMATOMA NEGALIA**
(mokymosi sunkumai)

Mokymosi sunkumai dažnai vadinami nematoma negalia. Nors ir nematoma, bet gali gerokai pasunkinti studento / studentės studijų procesą. Studentams / studentėms, turintiems mokymosi sunkumų, dažniausiai rekomenduojama suteikti daugiau laiko atlikti užduotis, todėl jiems reikėtų skirti papildomo laiko atsiskaityti bei suteikti galimybę naudotis programine (pvz., skaitymo) įranga, o jei įmanoma, rašymo, klausimo ar skaitymo užduotis keisti atsiskaitymu žodžiu arba atvirkščiai. Svarbu akcentuoti svarbiausius temos aspektus, išskaidyti užduotis aiškiais etapais, pabrėžti užsiėmimo tikslus.

DISLEKSIJA (skaitymo sunkumai).

Šiems žmonėms sunku skaityti bei rašyti: sukeičiamos vietomis raidės, žodžiuose praleidžiamos raidės, pridedamos nereikalingos, kartais skaitoma ar rašoma „veidrodiškai“, sunkiau suprantamas perskaitytas tekstas. Šiems studentams / studentėms gali reikėti papildomo laiko perskaityti tekstą, tačiau skaitymo sutrikimas neturi įtakos jų intelektui.

Rekomenduojama šiems studentams / studentėms literatūros sąrašą pateikti semestro pradžioje, kad patys galėtų

suplanuoti, kiek laiko prireiks pasirengti kiekvienam seminarui.

DISGRAFIJA (rašymo sunkumai).

Šie žmonės rašo labai lėtai, o jų parašytų žodžių neįmanoma arba labai sunku perskaityti. Sudėtinga reikšti mintis raštu, o rašant greitai pavargstama.

Šiems studentams / studentėms rekomenduojama suteikti alternatyvios atsiskaitymo formos galimybę bei papildomo laiko. Užuoat rašius ranka, sudaryti galimybę atsiskaityti kompiuteriu arba organizuoti atsiskaitymą žodžiu, pailginti atsiskaitymo raštu laiką.

DISKALKULIJA (skaičiavimo sunkumai).

Šiems žmonėms sunku suprasti ir atlikti pagrindinius skaičiavimo veiksmus, pvz.: sudėti, atimti, dauginti, dalyti. Gali būti sunkumų suprantant laiko sąvoką, konkrečius faktus (datas, įvykius).

Rekomenduojama suteikti alternatyvios atsiskaitymo formos galimybę bei papildomo laiko atsiskaitant; pateikti aiškiai struktūruota informaciją, ilgus tekstus suskirstant į atskiras dalis; informaciją pateikti didesniu šriftu.

Norėdami gauti daugiau informacijos apie mokymosi sunkumus kreipkitės į VU koordinatorę (-ių).

• PSICHOLOGINIAI SUNKUMAI

Daugiau nei pusė studentų / studentėių pirmaisiais studijų metais patiria didesnį ar mažesnį stresą. Vieni su juo susitvarko savarankiškai, kitiems reikia profesionalų pagalbos. Pastebima tendencija, jog psichikos sutrikimus (depresiją, nerimo sutrikimus) turi vis daugiau žmonių. Emocinė sveikata yra glaudžiai susijusi su studento / studentės mokymosi produktyvumu ir pasiekimais.

Kaip atpažinti, kad asmuo turi psichologinių sunkumų?

Ne visada dėstytojas / dėstytoja turi galimybę asmeniškai pažinti savo studentus / studentes, ypač dirbdamas su didesnėmis

auditorijomis. Vis dėlto pasitaiko atvejų, kai dėstytojo / dėstytojos akis užkliūva už neįprasto studento / studentės elgesio. Ne visada nepareigingas, paskaitas praleidinėjantis studentas / studentė taip elgiasi iš tingėjimo ar nesidomėjimo studijomis. Bet koks staigus studento / studentės elgesio ar emocijų pasikeitimas gali būti signalas, kad jo / jos gyvenime vyksta sunkūs pokyčiai, galintys paveikti emocinę sveikatą. Dėstytojas turėtų atkreipti dėmesį, jeigu studentas / studentė staiga pradeda elgtis taip, kaip jam nebūdinga:

- Pareigingas studentas / studentė pradėjo praleidinėti paskaitas ar neatlikti namų užduočių;



- Per paskaitas verkia be jokio išorinio dirgiklio;
- Iš pažiūros nedideli dirgikliai, anksčiau nekėlę emocijų, dabar išprovokuoja jų protrūkius: ašaras, pyktį;
- Jei kalbėdamas prieš auditoriją stipriai jaudinasi – pamiršta, ką šnekėjo, dūsta, vengia kalbėti (praleidžia pristatymus, slepiasi už kitų kolegų);
- Atsiradę mąstymo sunkumai: supras-tėjusi dėmesio koncentracija, atmin-tis, ryškus logikos trūkumas kalbant ir mąstant (rašant);
- Į paskaitas ateina apsvaigęs;
- Nustoja laikytis elementarių higienos reikalavimų;
- Pasidaro įtarus dėstytojų, bendrakursių atžvilgiu;
- Pradedą kalbėti, juokauti apie ketini-mus nusižudyti.

Ką daryti, jeigu įtariate, kad studen-tas / studentė turi emocinių sunkumų ar psichikos sutrikimą?

Jeigu pastebėjote, kad studento / studen-tės elgesys staiga pasikeitė, visada galite tokį studentą / studentę pakviesti po pas-kaitos ar seminaro ir paklausti, kaip jis / ji laikosi, pasidalinti savo pastebėjimais.

Neskubėkite klijuoti etikečių „Man atrodo, tau depresija“, „Tu turi psichologinių pro-blemų“ ir pan. Tai sukeltų bet kurio mūsų nepasitenkinimą.

Pradėkite nuo paprasto klausimo „Kaip jūs laikotės?“, tarsi klaustumėte susirū-pinuso kolegos darbe.

Geriau pasidalinkite tuo, ką pastebėjote ir kas jums kelia susirūpinimą: „Šį mėnesį praleidote penkis užsiėmimus, į likusius atėjote smarkiai vėluodamas ir nepasiro-dėte kolokviume, kas anksčiau Jums buvo visai nebūdinga. Tas mane neramina ir susimąsčiau, galbūt šiuo metu išgyvenate kažkokių rūpesčių?“

Pasiūlykite pagalbą

„Tiesiog norėčiau, kad žinotum, jog nesi vienas ir gali tikėtis pagalbos.“ Jeigu su studentu / studente pavyksta užmegzti kontaktą, bet jaučiate, kad trumpo pa-sikalbėjimo su Jumis neužteks, galite pa-siūlyti VU Konsultavimo ir mokymų centro kontaktus arba akademinio konsultanto savo fakultete kontaktus, jeigu problema susijusi su studijomis. Formuluoti pasiūly-mą galite taip: „Man neramu dėl tavęs. Tu neprivilai kreiptis, bet man būtų ramiau, jeigu tu turėtum šiuos kontaktus esant rei-kalui.“ Jeigu pažįstate draugą / draugę, kuriuo jis pasitiki (su kuriuo jie dažnai sėdi kartu, ar matote kartu per pertraukas), galite bendradarbiauti su juo, galbūt tokią informaciją bus lengviau išgirsti iš artimesnio žmogaus.

Jeigu tai nepadėjo

Gali būti, kad išbandysite viską, tačiau niekas nepadės. Deja, kreiptis pagalbos ar ne – tai asmens, o ne Jūsų pasirinkimas. Žmonės kreipiasi į psichologus, nes nori pakeisti savo situaciją. Jeigu noro nėra, niekas neprivers to daryti. Kartais reikia, kad žmogus tai išgirstų ne vieną kartą ir iš skirtingų žmonių. **Jūs nesate atsakingi už kito žmogaus pasirinkimus.**

VU Konsultacijų ir mokymų centro psichologinio konsultavimo paslaugos

- Konsultuojama individualiai, grupėse, taip pat konsultuojamos poros.
- Konsultuojami tiek vaikai, tiek suaugusieji.
- Konsultuojama lietuvių, anglų, rusų, vokiečių kalbomis.
- VU studentams taikomos nuolaidos.
- Konsultacijų konfidencialumas garantuojamas!

Konsultacijai registruojame

el. paštu: kmc@fsf.vu.lt, telefonu: (8 5) 268 7254.

Kitos psichologinės pagalbos galimybės Vilniuje ir Kaune:

Telefonu 24/7

Jaunimo linija 8 800 28888

Vilniuje:

Jeigu pagalbos reikia čia ir dabar

Visą parą

Vilniaus m. Psichikos sveikatos centras

Vasaros g. 5, Priėmimo skyrius
tel. 8 5 261 72 17

Krizių įveikimo centras

Antakalnio g. 97
tel. 8 640 51555
I - V 16:00 - 20:00
VI 12:00 - 16:00

Kaune:

Kauno krizių intervencijos centras

S. Dariaus ir S. Girėno g. 48
tel. 8 (37) 424 697

Psichologinės paramos ir konsultavimo centras

Laisvės al. 38C
tel. 8 673 22562
I-IV 8.30-17.30
V 8.30-16.30

Jeigu norite ilgalaikių konsultacijų

Bet kurios poliklinikos psichikos sveikatos centruose (reikia registruotis), pvz.,

Jaunimo sveikatos centras (Antakalnis)

Antakalnio g. 59, 104 kab.,
tel. 8 674 90078

Jaunimo sveikatos centras (Karoliniškės)

L. Asanavičiūtės g. 27A, 131 kab.,
tel. 8 698 76 991

Jaunimo sveikatos centras (Dainava)

Pramonės pr. 31,
tel. 8 (37) 45 55 88; 8 (37) 78 70 02
I-V 8.00 – 20.00

VILNIAUS UNIVERSITETO STUDENTŲ ATSLIEPIMAI APIE STUDIJAS



Ieva KURMILAVIČIŪTĖ

„Studijas Vilniaus universitete pasirinkau dėl to, jog susidomėjau studijų programa. Stojant, į universitetą 2015 metais su oficialia informacija apie studijų prieinamumą susidurti neteko, tačiau šiek tiek informacijos apie fakulteto pritaikymą gavau iš tuometinių studentų – tai buvo dar vienas motyvas pasirinkti studijas VU. Įstojusi į universitetą galėjau įsitikinti, jog studijos yra lengvai pasiekiamos – filosofijos fakultete su prieinamumo kliūtimis nesusiduriu. Su neigiamu bendruomenės požiūriu ar sudėtingomis aplinkybėmis susidurti taip pat neteko. Fakulteto administracija labai operatyvi ir lanksti – lengvai suderinamas neprieinamų auditorijų keitimas į prieinamas ar kiti svarbūs klausimai. Labai džiaugiuosi, jog fakulteto dėstytojai yra labai

supratingi ir geranoriški sprendžiant su studijomis susijusius individualių poreikių klausimus. Mano manymu, svarbiausia pačiam studentui nebijoti kreiptis į bendruomenę, domėtis bei kelti rūpimus klausimus.

Mano patirtis Filosofijos fakultete yra tik teigiama, tačiau nesu įsitikinusi, ar viskas taip pat ir kituose VU fakultetuose. Iki šiol centriniai rūmai yra sunkiai prieinami.“



Grigas SAKALIS

„2019 m. baigiau Istorijos bakalaurą, toliau pasirinkau tęsti studijas ir įgyti pedagogo kvalifikaciją, todėl šiuo metu studijuju Mokyklos pedagogikos profesinių pedagogikos studijų programoje. Ateityje norėčiau dirbti istorijos mokytoju. Kadangi VU jau studijavau esu pripratęs prie šio universiteto, o visi pripratę prie manęs, tai taip pat lėmė mano pasirinkimą tęsti studijas būtent šiame universitete.

Universiteto bendruomenės žmonės tikrai linkę padėti, tiesiog kartais nežino kaip, vis dėlto dažnai sulaukiu pasiūlymų, pagelbėti tiek iš kursiojų tiek iš administracijos darbuotojų. Studijų pradžioje gal kildavo sunkumų, nes dėstytojai nežinojo kaip man pateikti informaciją, bet vėliau išsiaiškinome ir jokių nesklaidumų nekilo. Tariantis viskas tikrai išsprendžiama.“



The United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities (hereinafter the Convention) establishes the concept of disability which is based on human rights. This document does not grant any new rights for people with disabilities; it simply ensures enjoyment of human rights for persons with disabilities.

The Convention establishes the concept of reasonable accommodation defined as the modification or adjustments of the study process and the environment, as well as other necessary facilities (such as additional assistance, including note-taking or other services). It is important to mention that disability is an evolving concept. Vilnius University regards dis-

ability as it is defined in the Convention and considers that long-term physical, mental, intellectual or sensory impairments in interaction with various barriers may hinder people's with disabilities full and effective participation in society on an equal basis with others.

The University's commitment to the consistent provision of adequate facilities for students with disabilities was reinforced by the strategy *Open University for People with Disabilities*, approved by Vilnius University Senate in 2017. This is the first document of its kind among higher education institutions in Lithuania that marks a long-term commitment to systematically work in the field of ensuring equal opportunities for people with disabilities.

For more information or trainings
you can contact Disability Affairs Coordinator
email: negalia@cr.vu.lt

PROCEDURE OF THE STUDY PROCESS INDIVIDUALISATION

Based on the regulation of the study process individualisation regarding disability-related individual needs, certain aspects of the study process are modified to meet the individual needs of the students with disabilities (study environment, study material, assessment of achievements, etc.).

Students with disabilities include those who have long-term physical, mental, intellectual or sensory impairments which in interaction with various barriers may hinder their full and effective participation in society on an equal basis with others. This means that disabilities also include “invisible” disabilities, such as learning difficulties or psychosocial disabilities, which are of major importance in the context of studies (dyslexia, dyscalculia, attention disorders, long-term mental health disorders, etc.).

Students, including non-degree students, with disabilities who want to adjust their study process should contact the Disability Coordinator before **the beginning of the semester or during the first two weeks of the first semester**. This can be done by filling in the form at vu.lt/negalia.

After the student completes the form, he/she meets with the Disability Affairs

Coordinator, who identifies the disability-related individual needs in the study process that are supported by appropriate documentation. It is not necessary to determine the level of work capacity as it is sufficient to provide a doctor’s or specialist’s statement, certificate or recommendation to ground the disability-related individual needs that arise in the context of studies.

There is a possibility to make alternative examination arrangements for students with disabilities (including learning disabilities, mental health or autism-related difficulties). We advise students with disabilities to contact our Disability Affairs Coordinator early (before the start of lectures). Reasonable adjustments shall be discussed individually and depend on the student’s individual needs.

Based on the recommendation and taking into account the specifics of the study programme, the faculty approves the **study individualisation plan**. It is provided to the faculty lecturers and other staff who implement the individualisation of the study process

If the student chooses not to disclose an existing disability the University cannot guarantee that individual needs will be met.

VARIOUS ASSISTANCE REGARDING DIFFERENT DISABILITIES

Students are offered alternative forms of studying and assessment based on disability-related individual needs, but no concessions are made when assessing students' achievements.

Assessments and other aspects of the study process can be adjusted in the following ways, depending on the individual needs (the list is only a recommendation and only the most common types of individualisation are provided):

- Accessible font style and size;
- Use of various assistive technology and software for studying and during examinations;
- Improvement of physical accessibility;
- Additional time during examinations;
- Other individual adjustments.

PSYCHOLOGICAL COUNSELLING AND ASSESSMENT OF INDIVIDUAL EDUCATIONAL NEEDS

Students who encounter problems during their study process or in their personal lives may require consultations provided by a specialist. The aim of psychological counselling is to help people identify, understand and solve their personal or interpersonal difficulties related to psychological well-being or behaviour. Counselling and Training Centre (CTC) established in the Faculty of Philosophy provides professional psychological counselling (individual and group sessions), as well as organises open lectures, training and educational classes.

Concessions apply for CTC services to members of Vilnius University community.

More information:

E-mail kmc@fsf.vu.lt

Tel. (+370 5) 268 7254



TIPS FOR WORKING WITH DIFFERENT DISABILITIES

These **short tips** are for lecturers and are developed in collaboration with disability organisations, the Disability Expert Group set up at Vilnius University, as well as based on the advice from students with disabilities themselves.

If you already know that a student with a disability has enrolled in a course you are teaching, try to gather relevant information about his/her mobility, communication skills and previous learning experience as this may be important to ensure access to the study process. It is important to consider the need for course material adjustment, the frequency and length of breaks and the need for addi-

tional assistance. Remember that course participants with disabilities are first of all students just like others. Friendly acceptance and individual attention are often particularly important for students with disabilities. It will be much easier to ensure access to the course or subject if you prepare in advance and adjust your course to different needs.

The main thing to remember is that students with disabilities are also willing to face challenges. The adjustment of the study process in no way implies special privileges or exceptions.

If you need training regarding disability, contact Vilnius University Disability Coordinator by e-mail: negalia@cr.vu.lt



- **VISUAL IMPAIRMENT:**
Blindness or low vision

Here are several brief tips that will help you to incorporate people with visual impairment in most of the courses taught. Visual impairments vary. Before starting the course or at your earliest convenience identify the student's needs and possibilities. Take the time to talk and feel free to ask questions.

If necessary, the lecturer should provide the student with information about the accessibility of the classroom: the entrance, stairs, certain facilities (such as special lightening).

A good presentation at the beginning of the course is particularly important when there is a person with visual impairment in the audience. The student will recognise voices and know where other students are in the classroom. Students should introduce their names at the beginning of the seminar or each time before they speak. If possible, send the material of the upcoming lecture to the student in advance. Ask what form is the best for him/her.

Blind people usually use a variety of text reading programmes, so it is important that the material provided can be scanned by text readers. There is no problem if you provide the information in Word format. If you present the information

in a PDF file and want to make it also accessible for students with visual impairment, you should verify whether the file is saved properly: if by clicking the left mouse button the entire text is selected, this document is not readable by text readers, and if separate text words are selected, it means the document is suitable for scanning.

When preparing your course material for the blind, remember that text readers scan text from left to right, top to bottom. Also, name or briefly describe the pictures or diagrams used.

It is very important for the blind and low vision people to have the opportunity to use a recorder during lectures, thus, do not be afraid to allow them do that.

Occasionally, blind and low vision people may need additional time during exams or assignments and this option must be ensured for them.

Do not change the way you speak! You can continue to use phrases such as "see you" or "take a look". Do not be afraid to invite the blind to speak and discuss in front of the classroom.

The following tips should be taken into consideration when developing adjusted educational information (texts, presentations, slides) for persons with visual impairment:

1) Appropriate contrast

E.g.:

A great example of contrasting text is to use a dark background and light text whenever possible as this keeps eyes more relaxed.

When there is no contrast the text is almost unreadable.

2) Font

Use fonts that are clearly letter case sensitive and the line of the letters is of the same thickness.

- **Accessible fonts:**

Verdana, Calibri, Arial

- **Inaccessible fonts:**

Times New Roman (the line of the letters is of unequal thickness)

All manuscript type fonts

Narrow and tall fonts

Decorative fonts

3) Font size

- Suitable font sizes for printed text are Arial 14pt and Arial 16pt.
- **Arial 9pt is too small**

4) Font style

- **Bold text is appropriate** for highlighting important information or titles
- Do not use *italic text*, avoid underlining.
- **DO NOT WRITE LONG TEXTS IN CAPITAL LETTERS AS THIS MAKES READING DIFFICULT**

5) Tables must be sharp:

- **HEARING IMPAIRMENT:
Deafness or weak hearing**

The deaf community consider Lithuanian sign language their mother tongue. The main source of information for them is the sign language interpreter's service. Students with hearing impairments use devices for hearing compensation: hearing aids, cochlear implants and FM communication system.

In all cases, it is recommended that you communicate with the student with hearing impairment and his/her sign language interpreter prior to the start of the course so that you can discuss the pace of speaking, clarify the terminology used during the course, etc.

During your classes, try to speak clearly and not too fast, it is best to speak in sentences with a clear beginning and end. This will make the sign interpreter's work easier and prevent from incorrect information.

If possible, make short breaks. This will facilitate the work for the student with hearing impairment and his/her sign language interpreter.

If you are opening a discussion during a lecture, warn everyone that only one student speaks at a time.

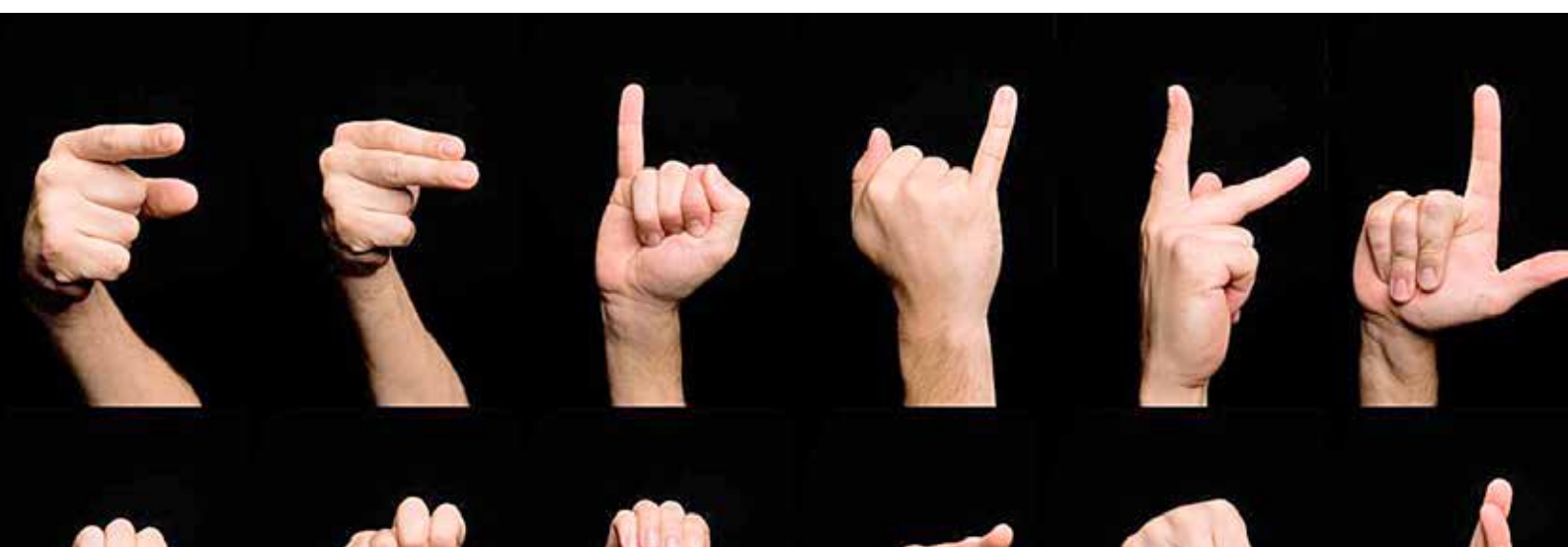
The Lithuanian sign language interpreter only transmits information from the Lithuanian sign language to the Lithuanian language or vice versa. He/she does not provide any additional information to the student, does not help with tasks, etc.

Students with hearing impairments usually read information from lips, so it is very important that you speak without covering your mouth, facing the audience. It is best if you choose a single place for standing or sitting.

It is important for both deaf students and students with weak hearing to get a summary of the subject covered. It is best that you submit the material in advance of the lecture.

If you are using video material during the course, try to have it subtitled in Lithuanian.

Listening assignments for students with hearing impairments should be replaced with writing assignments.



- **LIMITED MOBILITY**

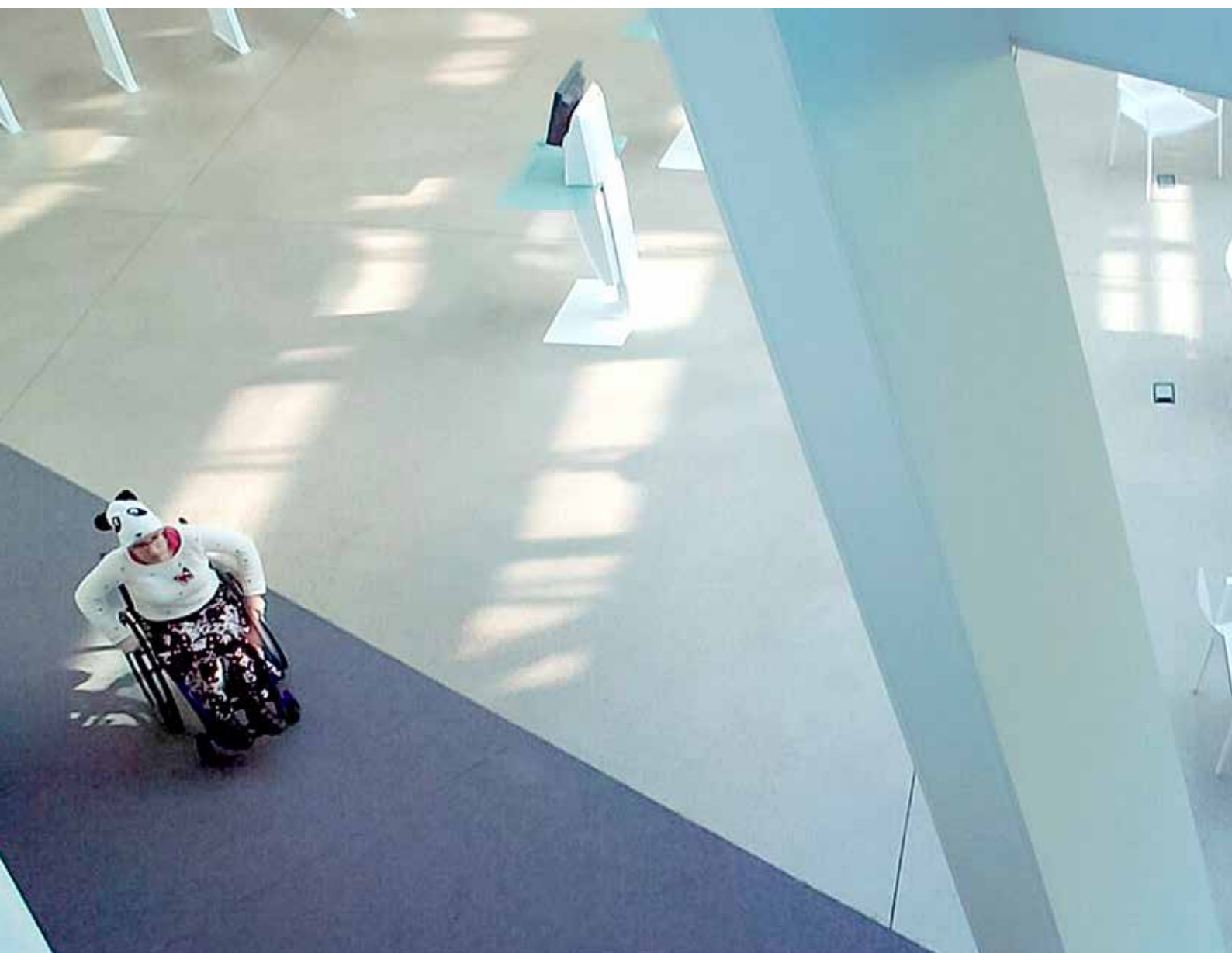
If you know that the course you are teaching will be attended by a student who has difficulties with regard to mobility, try to organise your work in the most accessible classroom. If you decide to change your classroom unexpectedly, be sure to inform students with disabilities as they plan their time well in advance, so it is important that they learn about any changes in a timely manner.

Limited mobility may vary in severity as different levels of muscle or nerve damage may restrict the person's motion differently.

Before you rush to help a student with limited mobility, make sure, if the person actually needs assistance. When handled not properly the wheelchair can be easily damaged. Students in a wheelchair can tell you how to assist them.

Do not be afraid to invite students with limited mobility to speak in front of the classroom. If the stand is too high, the student can speak next to it.

Do not change the way you speak! You can continue to use words like "go" or "come".



• LEARNING DIFFICULTIES

Learning difficulties are often referred to as invisible disabilities. Although they are invisible, they can significantly burden the students' study process. The usual recommendation is to give students with learning difficulties more time to complete assignments, thus, they should be granted additional time as well as the opportunity to use software (e.g. reading software), and whenever possible writing, listening and reading assignments should be replaced with oral tests or vice versa. It is important to emphasise the most important aspects of the topic covered, separate tasks into clear stages and underline the overall objectives of the assignment.

DYSLEXIA

These people find it difficult to read and write: letters within a single word are reversed or omitted, absent letters are added, sometimes the text is read or written "mirrored", text reading and comprehension are more difficult. Students with dyslexia may need additional time to read the text, but reading difficulties do not affect their intelligence.

It is recommended to provide these students with a reference list at the beginning of the semester so that they can plan for themselves how long it would take them to prepare for each seminar.

DYSGRAPHIA

These people write very slowly and the words they write are either impossible or difficult to read. They find it difficult to express their thoughts in writing and they get tired of writing quickly.

These students are advised to provide an alternative form and additional time for completing their assignments. Instead of writing by hand, they should be provided with the opportunity to use a computer or take an oral test, as well as get additional time for writing tasks.

DYSCALCULIA

These people find it difficult to understand and perform basic calculations, such as addition, subtraction, multiplication or division. They may have difficulties in understanding the concept of time, specific facts (e.g. dates, events).

It is recommended to provide these students with an alternative way of and additional time for completing their assignments, provide information that is clearly structured, divide long texts into separate sections and display information in a larger font.

FOR MORE INFORMATION

Disability Affairs Coordinator

Tel. (+370 5) 219 3161

Universiteto str. 5, Rooms 108-109

LT-01513 Vilnius

E-mail: negalia@cr.vu.lt

• **PSYCHOLOGICAL DIFFICULTIES**

More than half of all students experience more or less stress in their first years of study. Some deal with it independently, others need professional help. There is a trend indicating increasingly more people have mental health disorders (depression, anxiety disorders). Emotional health is closely linked to students' learning productivity and achievements.

How to recognise a person with psychological difficulties?

Lecturers do not always have the opportunity to get to know their students personally, especially when working with larger audiences. However, there are cases when the lecturer takes notice of an unusual student's behaviour. It is not always a rule that a student skips lectures out of laziness or lack of interest in the studies. Any sudden change in a student's behaviour or emotions may signal that he/she is going through severe life changes that can affect emotional health. The lecturer should pay attention if a student suddenly starts behaving in a way that is not typical of him/her:

- A diligent student starts skipping lectures or does not do homework;
- A student starts crying during lectures without any external stimulus;
- Seemingly, small stimuli that previously did not provoke any emotions now stimulate outbreaks, like tears or anger;
- A student feels extremely overwhelmed when speaking in front of the audience: forgets what he/she was talking about,

has difficulty breathing, avoids speaking up (misses presentations, tries to hide behind other colleagues);

- A student has thinking difficulties: reduced concentration of attention, memory, obvious lack of logic in speaking and thinking (also writing);
- A student attends lectures intoxicated;
- A student stops following basic hygiene requirements;
- A student becomes suspicious of teachers or fellow students;
- A student starts talking or joking about suicide intentions.

What do you do if you suspect that the student has emotional difficulties or a mental health disorder?

If you notice that a student's behaviour has changed abruptly, you can always invite him/her after the lecture or seminar and ask how he/she is doing or share your observations.

Do not rush to label "I think you are depressed", "You have psychological problems", etc. It would probably displease most of the people.

Start with a simple question, like "How are you?", as if you were addressing an upset colleague at work.

Instead, better share what you have noticed and what you are concerned about: "You missed five classes this month; you were late to the rest and did not appear at the colloquium, something that was not typical of you before. It bothers me and I wonder if you might be experiencing some troubles right now?"

Offer help

“I just want you to know that you are not alone and can get help.” If you are able to make contact with the student but feel that a short talk with him/her is not enough, you can suggest contact details of the Counselling and Training Centre at Vilnius University Faculty of Philosophy or contacts of the academic advisor in your faculty in case the problem is related to studies. You can put it like this: “I am worried about you. You do not have to address them immediately, but I would feel calmer if you had these contacts in case you might need them”. If you know the student’s friend he/she can trust (whom they often sit with or spent time

together during breaks), you can collaborate with him/her, as it may be easier to hear such information from someone who is close to the student.

If that did not help

You may try everything and it is possible nothing will help. Unfortunately, seeking help is the person’s choice, not yours. People turn to psychologists because they want to change their situation. If there is no willingness, no one will force the person to do so. Sometimes people need to hear it more than once and from different people. **You are not responsible for another person’s choices.**



Emotional support at the University campus

- Individual counselling, group counselling, as well as counselling for couples.
- Both children and adults can have consultations.
- Consultations are available in Lithuanian, English, Russian and German.
- Concessions apply for Vilnius University students.
- Confidentiality of the consultations is guaranteed!

Registration for consultations

E-mail: kmc@fsf.vu.lt, Tel. (8 5) 268 7254.

Psychological counselling in Vilnius city

If you need assistance here and now:

Mental Health Centre

Vasaros str. 5, Admission Unit

Tel. +370 261 72 17

Help available 24/7

Youth Line

Tel. +370 800 28 888

Helpline 24/7

Crisis Centre

Antakalnio str. 97

Tel. +370 640 51 555

I-V 16:00 – 20:00;

VI 12:00 – 16:00





Dėl šio dokumento kopijos alternatyviu formatu, pavyzdžiui, padidintu šriftu ar Brailio raštu bei papildomos informacijos kreipkitės į VU neįgaliųjų reikalų koordinatorę (-ių)
el. p. negalia@cr.vu.lt

For this document in an alternative format,
such as large print or on coloured paper, please
contact Disability Affairs Coordinator
E-mail: negalia@cr.vu.lt