



**FOSTER
SOCIAL
INCLUSION**

Neuroedukacija siekiant socialinės įtraukties

Mokymų modulis



**SOCIAL
PARTNERSHIP
CENTRE**

Socialinės partnerystės centras

KA2 strateginės suaugusiųjų švietimo partnerystės - praktikos mainai „Socialinės įtraukties skatinimas: savanorystė, socialinis verslumas ir menas socialinei įtraukčiai“. Projektas 2019-1-PL01-KA204-065375

Mokymų modulio aprašymas

Neuroedukacija siekiant socialinės įtraukties

Pagal Pasaulio sveikatos organizacijos apibrėžimą: „Sveikata yra fizinė, psichinė ir socialinė gerovė, o ne tik ligų ar negalių nebuvimas“. Indėlis gerinant vienišų motinų ir moterų, kurios buvo bedarbės 12 ar daugiau mėnesių, socialinę įtrauktį plėtojant socialinį, emocinį ir dvasinį intelektą, taikant specialius neuroedukacinius metodus (NEM), kurie buvo sukurti remiantis tarptautiniais lietuvių autorės Marijos-Mendelės Leliugienės tyrimais.

Specifinė tikslinė auditorija: Vienišos motinos ir moterys, kurios nedirba 12 ar daugiau mėnesių. Šiame kontekste tikslinė auditorija yra tokia, kaip nurodyta aukščiau, tačiau mokymo modulis tinka ir kitoms tikslinėms grupėms, tokioms kaip pabėgėliai, emigrantai ir kt.

Grupė: nuo 8 iki 12 mokymų dalyvių

Trukmė: 1 - 2 mėnesiai.

Treneris: sertifikuotas neuroedukatorius ir pedagogo / psichologo / meno terapeuto / socialinio darbuotojo / pedagogo ar kito lygiaverčio išsilavinimo asistentas

Pagrindinis tikslas

Ugdyti socialinį, emocinį ir dvasinį intelektą, naudojant neuroedukacinius metodus (NEM).

Išsamūs tikslai:

- stiprinti pasitikėjimą savimi
- motyvuoti prisiimti atsakomybę už savo veiksmus
- padėti suprasti dalyvių sąmonės galias
- pakeisti požiūrį, mąstymą ir elgesį
- lavinti kūrybiškumą ir intuiciją
- išmokti atpažinti ir priimti emocijas
- padėti atsikratyti lėtinio streso ir jo pasekmių, sumažinti depresiją
- padėti susikaupti ir atsipalaiduoti, norint realizuoti savo pašaukimo / savirealizacijos sferą

- lavinti bendravimo įgūdžius
- išmokti pasirinkti ir apsispręsti
- padėti nustatyti karjeros kelią
- padėti atrasti savo stipriąsias puses, kurias galima panaudoti profesionaliai

Mokymai skirti lavinti pagrindinius įgūdžius:

- socialinio intelekto kompetencijos
- dvasinio intelekto kompetencijos
- emocinio intelekto kompetencijos
- asmeninės kompetencijos
- bendravimo kompetencijos
- kūrybiškumo kompetencijos

METODIKA

NEM METODAI:

1) Pratimai / testai

Tai yra papildomi švietimo komponentai, specialiai sukurti norimam NEM tikslui pasiekti. Pratimai skirti atsipalaiduoti, susikaupti, atpažinti emocijas, kontroliuoti ir paleisti. Testai skirti savęs patikrinimui, „kaip ir kur esu“, „esu čia ir dabar“. NEM testai ir pratimai padeda suvokti, įsisavinti ir įsisąmoninti žinias apie emocinę ir dvasinę higieną, pamatyti tikrovę, internalizuoti humanistines vertybes, pakeisti požiūrį ir mąstyseną.

2) Meditacija

Meditacija padeda valdyti stresą ir valdyti neigiamas emocijas ir leidžia giliau, subtiliau ieškoti savęs.

3) Vizualizacijos

vizualizacija gali padėti žmogui išgyventi jo mąstymo procesą, kartais net lemiantys nuolatinius mąstysenos / požiūrio pokyčius, padėti suprasti, suvokti, įsisavinti ir suvokti emocijų valdymo svarbą ir suteikti asmeniui galimybę prisiimti visą atsakomybę už savo sprendimus.

4) Žodiniai kodai

Žodiniai kodai yra frazės, naudojamos savęs suvokimui / savęs suvokimui, savęs integravimui, realybės suvokimui, mąstysenai ir teisingam elgesiui

5) Dailės terapija

Dailės terapijos metodai buvo sukurti atsižvelgiant į psichoemocinės ir dvasinės sveikatos tikslus, pabrėžiant paties žmogaus sprendimą pakeisti savo požiūrį ir gyvenimo būdą.

Žinios

- savęs pažinimas
- neuroedukaciniai metodai

Patarimai vedėjams

KAIP BENDRUOTI SU DIRBTUVĖS DALYVIAIS: PAGALBININĖS GAIRĖS

1. PAGRINDINIAI PRINCIPAI

Pagrindinis vedėjo tikslas yra padėti kiekvienam asmeniui ir visai grupei kartu pasiekti tam tikrus tikslus, išdėstytus modulio apraše, naudojant visus penkis neuroeducacinius metodus. Kadangi grupės dinamika vaidina svarbų vaidmenį žmogaus gijimo procese ir gali palengvinti terapinį procesą, svarbu pasirinkti tinkamus mokymo metodus, atsižvelgiant į bendrą grupės atmosferą, dalyvių problemas, socialinius iššūkius, kuriuos patiria dalyvių grupė..

1. PAGALBININKŲ UŽDAVINIAI

- padėti pasiekti sesijos tikslus
- vesti grupę per susitikimo procesus
- atsižvelgti į visos grupės poreikius
- supažindinti dalyvius su neuroeducaciniais metodais, metodais, kurie bus naudojami mokymų metu
- pateikti reikalingas užduočių vykdymo priemonės
- užtikrinti dalyvių emocinį komfortą

2. Efektyvus mokymas

Pagrindinis mokymo modulio tikslas yra plėtoti socialinį, emocinį ir dvasinį intelektą, naudojant neuroeducacinius metodus (NEM). Norint pasiekti tikslą, mokymus turi vesti kvalifikuotas neuroeducatorius, nes taikant šiuos mokymo metodus reikalingos specialios žinios.

Kad mokymai būtų veiksmingi:

- neuroeducatorius turi aiškiai nustatyti užduotis ir numatyti priemones tai padaryti.

- reikia stebėti procesą ir prireikus suteikti pagalbą.
- atlikę būtinas užduotis, padedančias suprasti ir integruoti dalyvių patirtį.

3. SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ STIPRINIMAS, PARDAVIMO GRUPĖS POTENCIALAS

Grupinis darbas gali suteikti bendrumo jausmą ir sumažinti izoliacijos jausmą. Bendravimas palaikančioje aplinkoje yra svarbus veiksnys mažinant socialinę atskirtį.

Socialinius įgūdžius galima sustiprinti šiais būdais:

- suteikti dalyviams galimybę užduoti klausimus
- sukurti aplinką, kurioje visi dalyviai jaučiasi skatinami pasidalinti savo nuomone, patirtimi ir emocijomis. Panašios patirties turintys asmenys gali padėti vienas kitam klausydamiesi ir dalydamiesi strategijomis, padedančiomis spręsti problemas
- paruoškite atidarymo ir uždarymo veiklą, nes tai sukuria dalyvių artumo jausmą.

Mokymų programa

- I ETAPAS Sesijų paruošimas;
- II ETAPAS Neuroeducaciniai seminarai;
- III ETAPAS Seminarų rezultatų pristatymas;
- IV ETAPAS Vertinimas.

I ETAPAS Pasiruošimas sesijoms

- Grupinis supažindinimas su neuroeducacija, NEM metodų pristatymas, pristatant veiklą, kuri bus vykdoma mokymų metu.
- Asociatyvios metaforinės kortelės (OH ir kitos) yra naudojamos grupei sušildyti ir grupės narių pasitikėjimui ugdyti, emocijoms aktualizuoti, taip pat padėti diagnozuoti specialiuosius grupės poreikius ir yra naudojamos kaip grupės darbo metodika. Dalyviai susėda ratu ir ima po vieną kortelę. Metaforinės asociacinės kortelės - tai atviruko ar žaidimo kortos dydžio paveikslų rinkinys, vaizduojantis peizažus, gyvūnus, namų apyvokos daiktus, gyvenimo situacijas, abstrakčius paveikslus, pasakų personažus, žmones (suaugusius ir vaikus) ir jų tarpusavio sąveiką. Kiekvienas dalyvis įvardija, ką jaučia pamatęs šią kortelę? Su kuo susijusi kortelė?
Tai atspindi esamą dalyvio situaciją ir savijautą. Dalyviai laisvai pasirenka, kaip susieti problemą, simptomą ar save su paveikslu, tai atspindi esamą žmogaus padėtį ir savijautą.
- Rodomi kai kurie neverbaliniai vaizdo įrašai, tada diskutuojama apie jausmus, kylančius žiūrint šį vaizdo įrašą, taip pat apie tai, kaip visi skirtingai supranta informaciją.
- Kai neuroeducatorius pažįns grupės narius, nustatys ir įvertins bendrą grupės potencialą, tikslus ir galimybes, tada parenkama tinkamiausia veikla, padedanti grupei visapusiškai pasinaudoti mokymais.

- Kiekvienas grupės narys užpildo klausimyną apie savo jausmus, baimes, apibrėžia situaciją, kurioje yra, ir nori pakeisti tai, ko tikisi iš mokymų.

II ETAPAS Neuroedukacijos sesijos

Kiekvienos neuroedukacinės sesijos struktūra:

1. Sveikinimai ir nuotaikų aptarimas (10-15 min.)
2. Darbo vietos paruošimas (5 minutės)
3. Koncentracijos pratimai (5 min.)
4. Teorinė dalis (10-15 min.)
5. Toliau aprašyta praktinė dalis ir apmąstymai (2-3 val.)
6. Atsisveikinimas (5-10 minučių)

1 seminaras - Praktinė dalis emocinio intelekto ugdymui (2,5 val.)

Metodai ir laikas	Tikslai	Priemonės	Procesas
1 seminaras - Praktinė dalis emocinio intelekto ugdymui (2,5 val.)	<ul style="list-style-type: none"> -Mokykite atpažinti emocijas stimuliuodami emocinę atmintį - Ugdykite pasitikėjimą savimi -Mokykite įveikti neigiamas emocijas -Vystyti jautrumą, „vidinę klausą“ -Atsikratyk neigiamų emocijų ir 	<ul style="list-style-type: none"> A3 piešimo lapai 12 spalvų guašas Įvairių dydžių šepečiai, Vandens indeliai Popierinės servetėlės Staltiesė Prijuostės. 	<p>Dalyvių prašoma prisiminti nemalonus situacijas, atpažinti ir įvardyti tuomet išgyventas emocijas. Išklause savęs, intuityviai pasirinkite kiekvienos emocijos, kurią norite išreikšti, spalvas. Išraiškingai atkreipkite neigiamas emocijas. Ritualo atlikimas sunaikinant nupieštas neigiamas emocijas. Vyksta apmąstymai.</p>

	skaudžių prisiminimų		
<p>Dailės terapijos užsiėmimas „Transformacija“</p> <p>10-15min. + 15 min apmąstymai</p>	-Sukurti susikaupimą, vaizduotę ir kūrybiškumą	<p>A3 piešimo popierius (po vieną lapą kiekvienam dalyviui)</p> <p>Spalvoti pieštukai ar gelio rašikliai, Plastilino klizai lakštui pritvirtinti prie stalo.</p>	<p>Dalyviai renkasi iš 2 skirtingų spalvų pieštukų ir išraiškingai piešia nedominuojančia ranka. Norėdami sužinoti, kas slepiasi po „netvarkingu piešiniu“, simboliu ar daiktu. Paryškintą simbolį ar daiktą reikia pažymėti kitos spalvos pieštuku.</p> <p>Tada dalyviai sugalvoja atrasto objekto pavadinimą ar simbolį ir sukuria pranešimą visuomenei pirmuoju asmeniu. Tada parodykite piešinį grupės nariams, pasakykite jo pavadinimą ir perskaitykite pranešimą visuomenei. Pvz. - Aš, laivas, sakau, kad nuvešiu tave į kitą krantą.</p>
<p>Pratimai / testavimo metodas „Noriu, galiu, darau“</p> <p>1,5 valandos</p>		<p>Rašymo popieriaus lapai (4 kiekvienam dalyviui), spalvoti rašikliai</p>	<p>Dalyviams įteikiami keturi skirtingų spalvų lapai ir keturi rašikliai. Pirmasis pratimo etapas - Pirmajame lape dalyviai užrašo „Mano svajonių ir tikslų lapą“ ir vertikaliai išvardija tris svarbiausias svajones ir tris pagrindinius tikslus. Antroje - „noriu“ ir vertikaliai parašykite ir suskaičiuokite savo norus. Vedėjas pabrėžia, kad dalyviai rašo viską, kas tik šauna į galvą. Trečioje - „aš galiu“ ir vertikaliai parašykite ir suskaičiuokite, ką galite padaryti. Ketvirtajame aš „darau“ ir išvardinu viską, ką visi daro gyvenime. Antrasis pratimo etapas - vedėjas kviečia dalyvius patikrinti, ar jų parašyti sapnai atitinka tikslus. Atitinkanti bet kokią svajonę ir bet kurią tikslą, pabraukiama viena spalva. Vedėjas pabrėžia, kad sapnas yra beveik tas pats, kas tikslas, skirtumas tik tas, kad sapnas liks tik sapnu, jei nieko nebus padaryta. Tada vedėjas kviečia dalyvius pasiimti kitus tris lapus „Aš noriu“, „Aš galiu“ ir „Aš darau“. Dalyviai raginami suskaičiuoti, kiek pareiškimų parašė kiekviename iš trijų stulpelių. Visi pasakoja rezultatus. Trečiasis pratimo etapas - paėmę skirtingų spalvų rašiklius, pabraukite tvirtus sakinius, kurie išeina horizontaliai perskaičius visus tris lapus. Dažniausiai skirtingų stulpelių teiginiai sutampa, nes dalyviai nežino savo tikslo, o norai yra išsklaidyti ir neatitinka to, ką jie gali ir gali padaryti. Dalyviai kviečiami</p>

			<p>pakartoti pratimą nuo pat pradžių. Daugeliu atvejų pasikartojantys rezultatai yra puikūs, pabrėžiant tikslo siekimo svarbą, kaip jį pasiekti ir prisiimti atsakomybę už tai, kaip gyvenate, kaip leidžiate laiką, ką darote ir ko ne.</p>
--	--	--	--

2 seminaras - Praktinė dalis užsiimant socialiniu intelektu (2,5 val.)

Metodai ir laikas	Tikslai	Proiemonės	Procesas
<p>Dailės terapijos užsiėmimas „Pažintis pagal spalvas“</p> <p>Taikoma pirmojo užsiėmimo metu kaip pažinties metodas.</p>	<p>20-30 minučių + 30 minučių apmąstymai</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mokyti atsipalaiduoti ir susikaupti atliekant užduotį. -Mokykite įsiklausyti į save, intuityviai rinkitės emocijas ir jausmus. -Mokykite emocijas ir jausmus dažyti spalvomis. -Mokykite laikytis taisyklių ir sakyti komplimentus. -Sukurti vaizduotę, intuityvumą ir kūrybiškumą. 	<p>A3 (A4) dydžio popieriaus lapai. Spalvoti pieštukai arba 12 spalvų gvašas. Šepečiai, vandens indai, popierinės servetėlės.</p>	<p>Visi sėdi ratu, žiūrėdami į grupės narius ir klausydami savęs: kokie jausmai, emocijos kyla žiūrint į kiekvieną dalyvį. Kiekvienas narys intuityviai parenka spalvą (-as), norėdamas nupiešti kitą dalyvį. Grupės brėžiniai rodomi vėliau. Tada visi dalijasi, kaip jiems pavyko įsiklausyti į save, pasirinkti emocijos spalvą, piešti dalyvius spalvomis. Vardijamos emocijos ir jausmai. Sakoma komplimentas.</p>
<p>Dailės terapijos užsiėmimas „Tipenimas pirštais“</p> <p>20 minučių + 30 minučių apmąstymai</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Išugdyti savo ir kitų ribų, orumo ir tolerancijos supratimą. - Ugdyti bendravimo įgūdžius dviese, atsakomybę už savo veiksmus, taisyklių laikymąsi. 	<p>A2 formato piešimo lapai (vienas lapas dviems dalyviams), 12 spalvų gvašas, popierinės servetėlės, staltiesė stalui, prijuostės.</p>	<p>Pieškite poroje pirštų galiukais. Kiekvienas dalyvis, norėdamas sukurti paveikslėlį, pasirenka tik vieną spalvą. Vizualiai (nematomomis linijomis) padalinkite lapą į tris dalis: vidurinė dalis - „neutralūs vandenys“. Kairė ir dešinė lapo dalys yra kiekvieno dalyvio asmeninė erdvė. Dalyviai turi prisiimti atsakomybę už bendravimą piešdami pirštų galiukais („pirštų galais“). Jie piešia poromis, tyliai sėdėdami vienas priešais kitą. Dalyviai įvardija savo patirtį ir apibūdina skirtumus, kai neutralioje</p>

			teritorijoje buvo „pirštų galai“, kai „pirštų galai“ buvo ties asmenine riba ir kai pats partneris peržengė asmenines ribas.
Vizualizacijos metodas (10 min. + 20 min. Apmąstymai) - Igalinkite asmenį prisiimti atsakomybę už savo veiksmus	- Atsakykite į asmeninę užklausą „ko aš noriu“ -Su tam tikru tekstu neuroeducatorius padeda patekti į tam tikrą vaizdą ir vizualizuoti. Vyksta diskusija.		Su tam tikru tekstu neuroeducatorius padeda patekti į tam tikrą vaizdą ir vizualizuoti. Vyksta diskusija.

3 seminaras. Praktinės pratybos dvasiniam intelektui ugdyti (2,5 val.)

Metodai ir laikas	Tikslai	Priemonės	Procesas
Dailės terapijos užsiėmimas „Mano kilmė“ 30-60 min (Žodinių kodų metodas taikomas pagal poreikį)	Padėti įsisavinti ir išsąmoninti šeimos perduotas asmenines vertybes -Vystykite vaizduotę -Stiprinti pasitikėjimą savimi -Atskleisti dvasingumą ir kūrybiškumą, vidines natūralias galias -Palengvinti požiūrio pokyčius ir mąstymo pritaikymą	A4 formato lapas, spalvoti pieštukai, rašikliai.	A 4 lapas dedamas horizontaliai ir padalijamas į keturias dalis. Pradėkite pildyti iš apačios dešinėje. Laikrodžio rodyklė pildoma taip: 1. Ką gavau iš senelių; ką gavau iš savo tėvo; ką gavau iš mamos; ką aš duodu kitiems, aš. Atsakymai turi atspindėti kūno sandarą, charakterio savybes, vertybes, paveldėtos šeimos relikvijas, tradicijas ir kt.
Meditacija „Aš esu gyvenimo medis“ kartu su dailės terapijos užsiėmimu 10 min meditacija + 60-90 min dailės	- Pasąmonės galių ugdymas -Padėkite įsisavinti tiesą, išmintį, gyvenimo prasmę, šeimą kaip vertybes ir išsąmoninti. -Gebėti įgyti naujų žinių: žinoti „kas aš esu“	A1 formato lapas, guašas, teptukai, vandens indas.	Dalyviai kviečiami atsistoti ratu, kad jie galėtų laisvai atsistoti vienas šalia kito. Meditacijos metu svarbu turėti asmeninę erdvę julsėms. Jų prašoma atsistoti patogiai ir stabiliai: kojos pečių plotyje, padai remiasi į žemę. Tada duodamas signalas

<p>terapijos užsiėmimas</p> <p>(Žodinių kodų metodas taikomas pagal poreikį)</p>	<p>-Vystykite vaizduotę Sustiprinkite pasitikėjimą savimi. Atraskite dvasingumą ir kūrybiškumą -Sukurkite vidines, natūralias kūrybiškumo ir savigydos galias</p>		<p>užmerkti akis, giliai įkvėpti per nosį ir iškvėpti per burną. Vedėjas trumpais žodžiais perskaito apmąstymų tekstą, o dalyviai visi kartoja jį žemu balsu. Vedėjas sako tekstą. Antra dalis. Dalyviai kviečiami nupiešti savo gyvenimo medį. Dalyvių prašoma stebėti išsivaizduojamas scenas ir simbolius, kylančias emocijas, prisiminimų būsenas, tada pasirinkti spalvas ir atsipalaiduoti. Piešinys parodomas grupės dalyviams, įvardijamos ir aprašomos patirtos patirtys.</p>
<p>Pratimų / testų metodų užsiėmimas „30 gerų žodžių“ 3 minutės + 15 minučių apmąstymai - patikrinkite, kaip visi myli save</p>	<p>-Padėkite išsiugdyti / atgaivinti vieną iš svarbiausių žmogaus sąmonės galių Mylėti ir būti mylimam</p>	<p>Popieriaus lapas ir rašiklis</p>	<p>Duokite dalyviams užduotį per 3 minutes parašyti 30 gerų žodžių apie save</p>

4 seminaras - Praktinė dalis užsiėmimų asmeninėms, bendravimo, kūrybiškumo kompetencijoms ugdyti (2 val.)

Metodai	Tikslai	Priemonės	Procesas
<p>Dailės terapijos užsiėmimas „Mano karalystė“ 2 valandos</p>	<p>Kad geriau suprastumėte save, kitus ir aplinką, - saugiai reikšti neigiamus jausmus ar emocijas, - atpažink savo mintis, emocijas ir jausmus, - turi galimybę pakeisti elgesį ir mąstymą.</p>	<p>Piešimo popierius, dažai (akvarelė arba gvašas), pieštukai, žymekliai ar kreidos, spalvotas plastilinas.</p>	<p>Kiekvienas dalyvis įvardija savo dabartinę emocinę būseną ir piešia ant lapo figūrą nedominuojančia ranka (galbūt užmerktomis akimis) - kaip nori, kaip ranka veda. Tada vedėjas „veda“ į vaizduotės kelionę, kurios metu jis užkopdamas į kalną mato savo žemę, pasaulį, karalystę. (Vaizduotės kelionė vyksta užmerktomis akimis) Jo apibrėžtoje erdvėje (paveiksle) kiekvienas piešia</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - išreikšti emocijas ir geriau jas suprasti, transformuoti ir pakeisti emocinę būseną iš nepalankios į norimą. - lavinti bendravimo įgūdžius 		<p>matytą karalystę. Kitame puslapyje užsirašykite savo karalystės (šalies) pavadinimą, tris tos karalystės įstatymus, kuo ji ypatinga, ką ji reklamuotų turistams ir kas joje griežtai draudžiama. Tada vyksta dalijimasis, visi pasakoja apie savo karalystę ir gauna dovaną iš kiekvieno dalyvio. Užrašykite gautas dovanas ir padovanokite kitiems. Iš visų dovanų (gautų ir padovanotų) išsirinkite tai, ko norite, ko jums labiausiai reikia, ir nupieškite savo karalystę (galima lipdyti iš plastilino). Iš visų dovanų pasirinkite tą, kuri šiuo metu yra labiausiai jaudinanti ar reikalingiausia.</p>
--	---	--	--

III ETAPAS Seminarų rezultatų pristatymas

Mokymai baigiami kaip įvadiniame susitikime ratu, naudojant asociatyvias metaforines korteles.

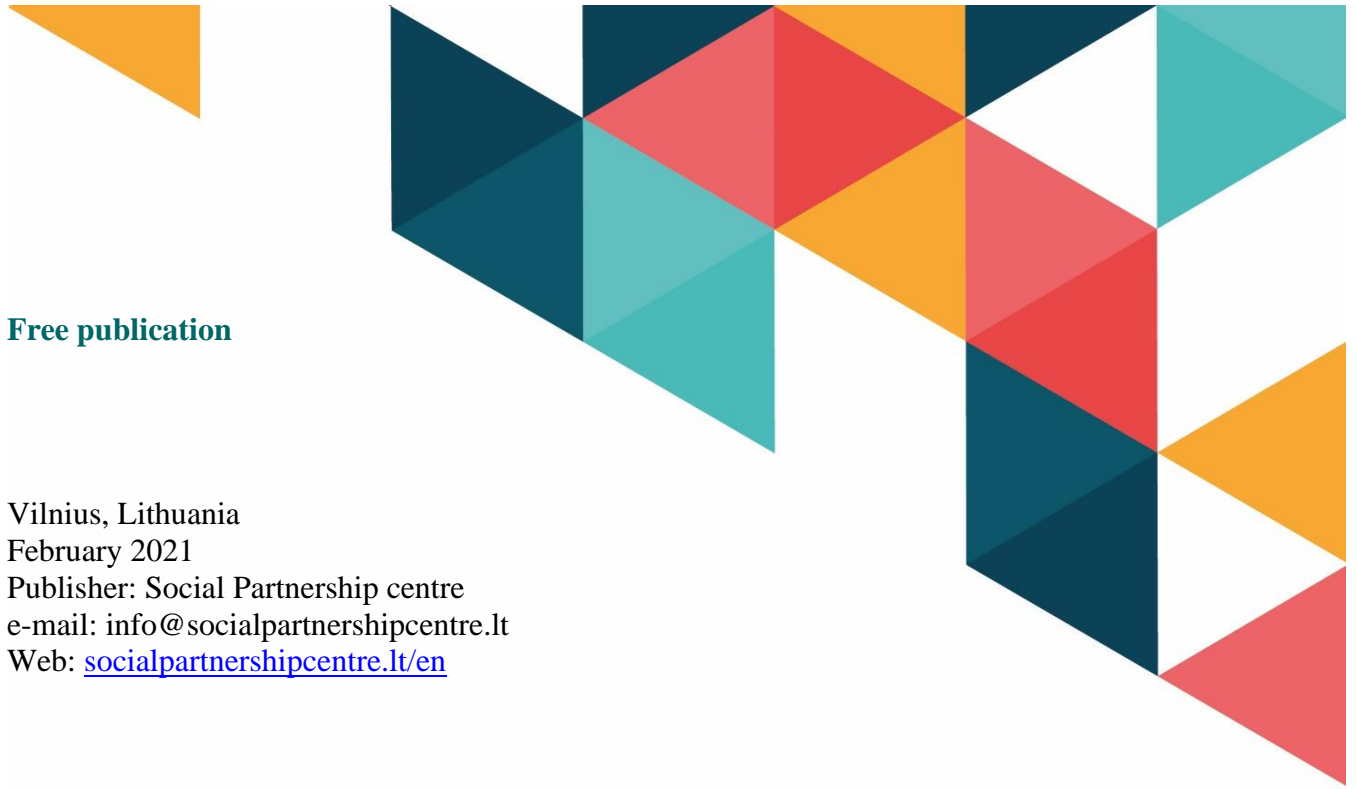
Kiekvienas dalyvis išsirenka kortelę ir pasakoja, kaip šiuo metu jaučiasi. Vyksta diskusija.

IV ETAPAS Vertinimas

Dalyviams išdalijama anketa, kurioje jie rašo, kaip jaučiasi šiuo metu, kas pasikeitė jų gyvenime, ką įgyvendino, ko ne, ką pritaikė realiame gyvenime. Tai leidžia išmatuoti pokyčius palyginant pirmojo ir paskutinio užsiėmimo metu aprašytus jausmus ir situacijas.

Tam tikri testai yra atliekami ir, remdamiesi asmenine refleksija, dalyviai kartu su specialistu nusprendžia, ar dalyviai nori / reikalingi tolesni neuroeducaciniai užsiėmimai, ar jie patys tobulins ir sieks savo tikslų.

MĖGAUKITĖS MOKYMAIS!



Free publication

Vilnius, Lithuania
February 2021
Publisher: Social Partnership centre
e-mail: info@socialpartnershipcentre.lt
Web: socialpartnershipcentre.lt/en



Neuroeducation for social inclusion - Training module by [Social Partnership centre](http://socialpartnershipcentre.lt) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).
Based on a work at <https://www.fostersocialinclusion.eu/>.



Erasmus+

Šis projektas finansuotas remiant Europos Komisijai. Šis leidinys atspindi tik autoriaus požiūrį, todėl Komisija / Nacionalinė agentūra negali būti laikoma atsakinga už bet kokią joje esančios informacijos panaudojimą.