

## TĖVAMS, PEDAGOGAMS, POPAMOKINĖS VEIKLOS ORGANIZATORIAMS

Nebūk naivus kelyje sąjunga (NNKS) siekdama, kad smurtas būtų kuo sparčiau pažabotas bei vykdydama iniciatyvą „Mes – prieš smurtą“ mokiniams ir visuomenei parengė informacinį lankstinuką apie smurto atpažinimą, jame pateikiama informacija apie tai, kur galima kreiptis ir gauti pagalbą, pasitvirtinus smurto atvejui, kaip atpažinti, kad vaikas patyrė smurtą bei kaip galima jo išvengti.

### TAIGI KAS YRA SMURTAS PRIEŠ VAIKUS?

Smurtas prieš vaikus yra tada, kai žmogus pažeidžia vaiko teises ir savo veiksmais ar žodžiais sukelia vaikui fizinį ar dvasinį skausmą, žaloja jo fizinę ir psichinę sveikatą.

Fizinis smurtas yra tada, kai žmogus tyčia sukelia skausmą vaikui ar jį sužeidžia. Vaiko mušimas ranka ar įvairiais daiktais, stumdymas, spardymas, purtymas, deginimas, kandžiojimas, smauginimas, bet koks skausmo kėlimas (žnaibymas, badymas ir pan.) yra fizinis smurtas. Kiti fizinio smurto pavyzdžiai – kojos pakišimas, kad kitas nugriūtų ar susižalotų, spjaudymas, kankinimas, deginimas, daužymas, ginklo ar kitų žalojančių daiktų naudojimas ir t. t.

Seksualinis smurtas prieš vaiką yra tada, kai suaugęs žmogus arba žymiai vyresnis vaikas išnaudoja vaiką savo seksualiniams norams tenkinti. Seksualinė vaikų prievarta – tai plati sąvoka, ji apima keletą prievartos formų:

Suaugęs ar žymiai vyresnis vaikas seksualiai išnaudoja vaiką – liečia, glosto, bučiuoja vaiko intymias vietas, nurenginėja vaiką, verčia vaiką liesti suaugusio intymias vietas, arba pats save seksualiai liečia vaiko akivaizdoje, rodo vaikui pornografinius filmus ar žurnalus, kiša pirštą ar daiktą į vaiko makštį ar išangę, verčia vaiką stebėti lytinį aktą, arba pats lytiškai santykiauja su vaiku;

Vaikų pornografija – vaikai fotografuojami ar filmuojami nuogi, verčiami keliose elgtis keistai seksualiai, tokios nuotraukos ir filmai talpinami internete ar kitaip platinami;

Vaikų įtraukimas į prostituciją, prekyba vaikais – suaugęs verčia vaiką elgtis seksualiai su kitais žmonėmis ir už tai gauna pinigų, išnaudoja vaiką, versdamas turėti lytinių santykių.

Psichologinis/emocinis smurtas – tai pasityčiojimas iš vaiko, žodinis agresyvus elgesys, žeminimas, įžeidinėjimas, gąsdinimas, grasinimas, vertimas jaustis kaltu, nuolatinis blogos savijautos sukėlimas, parodymas, kad vaikas nėra mylimas, kad yra blogesnis už kitus, aprėkimas, apkalbinėjimas už akių siekiant pažeminti, įžeidžių raštelių, SMS žinučių ar elektroninių laiškų rašymas, privačios informacijos atskleidimas siekiant pažeminti ir t. t.

Nepriežiūra ir apleistumas yra tada, kai suaugusieji nesirūpina vaiku. Vaikams reikia, kad juos prižiūrėtų, kad jie turėtų, ką valgyti, drabužių ir reikalingų daiktų, kad būtų lova miegojimui, kad ateitų gydytojas, kai vaikas serga, kad jis būtų apsaugotas nuo pavojų. Jei tėvai tuo nesirūpina, tai ir yra nepriežiūra. Nepriežiūra ir apleistumas yra tada, kai tėvai ar globėjai:

Neduoda vaikui valgyti;

Nenuperka tinkamų drabužių (pavyzdžiui, žiemą vaikas neturi striukės ar pirštinių);

Palieka vaikus ilgam laikui vienus, be suaugusio priežiūros;

Verčia vaikus atlikti jiems pagal jėgas ir amžių per sunkius suaugusių namų ruošos darbus – gaminti maistą, skalbti, prižiūrėti jaunesnius vaikus ir pan.;

Nepakviečia gydytojo, kai vaikas serga, neparūpina vaistų.

## **REKOMENDUOJAMA PASINAUDOTI KELIOMIS KONFLIKTINĖS SITUACIJOS MAŽINIMO TECHNIKOMIS:**

1. Išlikti pozityviu. Dar prieš susitinkant su asmeniu, kuris erzina, reikia pabandyti galvoti ne tik apie blogas, erzinančias to asmens savybes, bet pasistengti prisiminti apie šį žmogų ir kažką gera bei pozityvaus. Jeigu iš anksto būsime nusiteikę negatyviai, streso lygis bus ženkliai padidėjęs dar prieš susitikimą ir mes būsime labiau pažeidžiami, tuomet sunkiau kontroliuosime emocijas pokalbio metu;

2. Kalbant vartoti „aš“ įvardį. Pavyzdžiui, „Aš jaučiu nerimą, kai girdžiu tokius komentarus, pastabas“. Kai naudojame žodį „aš“, tai leidžia kitam pokalbio dalyviui nesijausti kaltinamam ar puolamam, atsiveria galimybės tolimesniai pokalbiui;

3. Leisti kitam pasirinkti. Jeigu pokalbis ar kito asmens elgesys jus žeidžia, galite nutraukti tolesnį pokalbį pasakydamas, kad „aš šiuo klausimu daugiau nekalbėsiu, galime aptarti kitas problemas. Jeigu nori tęsti, aš turėsiu išeiti“. Asmuo turės pasirinkimą, kurį padarys pats. Tai yra, arba tęs kiviščą ir neteks pašnekovo, arba keis temą ir bendraus toliau;

4. Išsakyti ribas. Jeigu konfliktas kyla šeimoje, turėtumėte ramiai, bet tvirtu balsu pasakyti savo ribas. Pavyzdžiui, „aš suprantu, kad tu nori pirkti šį daiktą, bet dabar lėšų tam nėra, atleisk“.

## **KELI PATARIMAI, KURIUOS VERTA ŽINOTI...**

Vaikas yra silpnėsnis už suaugusį žmogų, todėl jį jėga galima priversti paklusti, tačiau bėda ta, kad neaišku, kaip jis elgsis ten, kur nemato nubausti galintys ugdytojai.

Dažniausiai smurtauja tie, kurie patyrė smurtą šeimoje.

Jėga auklėjamas vaikas, ima manyti, kad būti stipresniu ir versti kažką elgtis taip, kaip jis nori jėga labai šaunu.

Pavyzdys moko labiau negu žodis.

Pyktis – silpnųjų dvasinis požymis.

Vaikus nuo mažens reikia mokyti, kaip jie turėtų spręsti savo nesutarimus.

Vos pastebėjus vaikų tarpusavio konfliktą nereikia iškart jo malšinti. Visuomet reikia suteikti vaikams galimybę, patiems išspręsti konfliktą. Tačiau, jeigu matote, kad vaikams reikia pagalbos – nedelskite. Padėkite! Priešingu atveju, jeigu konflikto nemalšinsite, viskas gali peraugti į muštynes ar psichologinį smurtą.

Stebėti vaikus konflikto metu: jų bendravimą, kaip jie sprendžia iškilusią problemą ar nuomonių nesutarimą. Išsiaiškinti, kokiais būdais jie tai daro. Būtina pagirti vaikus, jei jie konfliktą išsprendė tinkamai, be muštynių ir barnių. Bei sudrausminti, jei viskas vyko ne taip sklandžiai.

Turite žinoti, jog Jūs patys modeliuojate savo vaikų auklėjimą. Juk vaikas yra kaip lengva medžio šakelė – į kurią pusę vėjas pučia, ten ir linksta. Svarbu nepamiršti, kad vaikai yra tėvų atspindys veidrodyje. Vaikai auga kopijuodami Jus, Jūsų elgesį, kalbą, gestus ir t.t. Konfliktus sprendžia irgi taip, kaip Jūs. Vaikai mokosi spręsti konfliktines situacijas – stebėdami ir kopijuodami Jūsų elgesį konfliktinėse situacijose. Kokį pavyzdį jiems rodote, tokį jie jį ir mato bei savo elgesiu kopijuoja. Išgyvendami ir spręsdami konfliktus vaikai mokosi socialinių ryšių, taisyklių, bendravimo ypatumų.

### **SIGNALAI, KAD VAIKAS PATIRIA SMURTĄ:**

nepaaiškinamos mėlynės, įdrėskimai, sumušimai;

kaulų lūžiai;

žaiždos, sukeltos draskymo, kandimo ar ugnies;

randai;

prasta drabužių, asmens higiena, bloga mityba;

nepakankama medicininė ir odontologinė priežiūra;

vystymosi atsilikimas – motorikos, kalbos, tarties, emocijų, pažinimo;

psichosomatiniai skundai – pilvo, galvos skausmas, pykinimas ir pan;

nuovargis, nenoras ko nors imtis;

genitalijų ar analiniai sužalojimai;

itin krentantis į akis svorio pokytis;

nuolat pasikartojantis šlapimo takų uždegimas ir sunkumai šlapinantis;

iki ketverių metų nesugebėjimas naudotis tualetu;

augimo ir svorio nukrypimai;

vaikas parodomas vis kitam gydytojui ar ligoninei;

sukaustyti („mediniai“) judesiai;

skausmas einant ar sėdint

venerinės ligos;

miego problemos;

mitybos problemos.

### **KUR KREIPTIS, REAGUOJANT Į SMURTĄ ŠEIMOJE**

Pagalba telefonu. Psichologinės pagalbos tarnyba:

LR Vaiko teisių apsaugos kontrolieriaus įstaiga. Nemokama linija: 8 800 01230, tel.: (8 5) 210 7176;  
savivaldybių Vaiko teisių apsaugos tarnybos skyriai Vilniuje tel.: (8 5) 211 2023, (8 5) 211 2567;  
Psichologinės pagalbos telefonas „Vilties linija“ Tel.: 116 123 (visą parą) ;  
Psichologinės pagalbos telefonas „Pagalbos moterims linija“ Tel. 8 800 66 366 ;  
(10-21 val. pirmadieniais-penktadieniais) Psichologinės pagalbos telefonas „Linija Doverija“ (pagalba teikiama rusų kalba) ;  
Tel. 8 800 77 277 (16-20 val. pirmadienį-penktadienį);  
Psichologinės pagalbos telefonas „Jaunimo linija“ Tel. 8 800 28 888 (visą parą) ;  
Psichologinės pagalbos telefonas „Vaikų linija“ Tel. 111 161 (11-21 val. kasdien);  
Policijos komisariatai Pasiekiami bendruoju pagalbos numeriu 112 Pagalba internet;  
Psichologinės pagalbos tarnyba Kontaktai Vilties linija <http://paklausk.kpsc.lt> Jaunimo linija (atsako per 3 dienas) [www.jppc.lt/draugas](http://www.jppc.lt/draugas) Vaikų linija (atsako per 3 dienas) [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt);

Tikimės, kad ši medžiaga jums padės ne tik atpažinti smurtą, bet ir rasti pagalbą tam, prieš kurį smurtaujama. Dabar žinosite, kaip išvengti konflikto, kuris gali virsti smurtu. O negalėdami išvengti – kur kreiptis pagalbos.

Jei žinai, kad kažkur smurtaujama, būk pilietiškas pranešk! Skambink telefonu 112. Padėk išgelbėti gyvybę!