

Aušra Kurienė

**KĄ KIEKVIENAS  
VAIKAS TURI  
ŽINOTI  
APIE SMURTĄ  
IR KAIP IŠLIKTI  
SAUGIAM**





Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerija



Specialiosios  
pedagogikos  
ir psichologijos  
centras

**Aušra Kurienė**

---

# KAŲ KIEKVIENAS VAIKAS TURI ŽINOTI APIE SMURTĄ IR KAIP IŠLIKTI SAUGIAM



VILNIUS 2007

UDK 364-053.2(474.5)

KU 274

Recenzavo dr. *Danguolė Čekuolienė*

ISBN 978-9986-03-606-7

# ĮVADAS

*Ši knygelė – nei linksma, nei juokinga, joje nėra nuotykių ir išdaigų. Joje pasakojama apie rimtus, skaudžius ir labai svarbius dalykus. Tai knyga apie smurtą.*

*Šiandien mes visi žinome, kad labai daug vaikų yra skriaudžiami, nors suprasti, kodėl tai vyksta, yra nepaprastai sudėtinga. Kasdien girdime apie vaikus, kuriuos kas nors nuskriaudė – primušė tėvai, išniekino interneto draugas, mokytojas sulaužė ranką, dėdė tyčiojosi, bendraklasiai apipylė bjauriu skysčiu ir t. t.*

*Svarbu, kad tu žinotum – niekas negali tavęs skriausti, nes tai draudžia Lietuvos įstatymai ir tai yra tavo teisių pažeidimas.*

*Ši knygelė skirta tau, tikriausiai jau girdėjusiam apie smurtą – kaip dvi šeštokės sumušė savo klasės draugę, kaip tėvas prilupo sūnų septintoką Joną, kad šis net ligoninėje gulėjo, kaip viename mieste kažkoks vyras, pasikvietęs į savo namus berniukus pažaisti kompiuteriu, juos nuogus fotografavo; mačiusiam, kaip tavo bendraklasiai tyčiojosi iš Ugnės ir vadino ją „psiche“. Buvo baisu ir nemalonu?*

*Šis leidinukas skirtas ir tau, galbūt ne tik girdėjusiam apie tai, bet savo kailiu patyrusiam kažką panašaus, bet niekam apie tai neužsiminusiam. Ši knygelė parašyta tau, kad netylėtum, daugiau nekentėtum, kad išdrįstum kreiptis ir gautum pagalbą.*

*Ši knygelė ir tau, žinančiam, kad tavo draugą skriaudžia, kad jis jaučiasi vis liūdnesnis ir nelaimingesnis, ir norinčiam jam pagelbėti, bet nežinančiam kaip.*



Tikrai žinau, kad kartais labai sunku paklausti apie skaudžius dalykus ar kam nors pasipasakoti. Tad šioje knygelėje galbūt rasi atsakymus į kai kuriuos tau nerimą keliančius klausimus, aiškiau suprasi, kas yra smurtas ir kodėl žmonės taip elgiasi, kaip apsisaugoti pačiam ir padėti apsaugoti kitą vaiką.

Mūsų įstatymai nustato, kad joks vaikas neturi patirti smurto, kad smurtautojai turi būti sustabdyti ir nubausti. Tačiau neįmanoma sustabdyti ir nubausti smurtautojo, jei apie jį žinai tik tu ir nežino kiti suaugę žmonės, kurie gali padėti. Šioje knygelėje sužinosi, kas tie žmonės ir kur juos rasti.

Visada yra žmonių, galinčių tau padėti, ir tu pats gali išmokti būti atsargus ir saugus.

### **Jungtinių Tautų Vaiko teisių konvencijos 19 straipsnis nurodo:**

1. Valstybė, siekdama apginti vaiką nuo įvairiausio pobūdžio fizinio ar psichologinio smurto, įžeidimų ar piktnaudžiavimo, priežiūros nebuvimo ar nerūpestingo elgesio, grubaus elgesio ar išnaudojimo, įskaitant seksualinį piktnaudžiavimą, kuriuos jis gali patirti iš tėvų, teisėtų globėjų ar kurio nors kito jį globojančio asmens, imasi visų reikiamų teisinių, administracinių, socialinių ir švietimo priemonių.
2. Tarp tokių apsaugos priemonių reikiamais atvejais gali būti ir veiksmingos socialinės programos, leidžiančios suteikti paramą vaikui ir jį globojantiems asmenims ir išaiškinti, pranešti, perduoti nagrinėti, tirti, gydyti ir imtis kitų priemonių minėtais žiaurais elgesio su vaiku atvejais, o prireikus iškelti baudžiamąją bylą.





## TURINYS

- ⊙ Kas yra smurtas? Ar suaugę žmonės gali elgtis netinkamai? 6
- ⊙ Koks gali būti smurtas? 11
  - ◆ Fizinis smurtas 11
  - ◆ Seksualinis smurtas 13
  - ◆ Psichologinis smurtas 19
  - ◆ Nepriežiūra ir apleistumas 21
- ⊙ Kokie vaikai patiria smurtą? 23
- ⊙ Kas tie smurtautojai? 23
- ⊙ Kodėl kai kurie suaugusieji skriaudžia vaikus ar jų neprižiūri? 26
- ⊙ Ar vaikai gali būti smurtautojai? Ar tu gali toks būti? 27
- ⊙ Ar galima pykti, bijoti, šlykštėtis? 32
- ⊙ Ar galima skųstis? 35
- ⊙ Kaip apsisaugoti nuo smurto? Ar galima pačiam apsisaugoti? 37
  - ◆ Ką daryti, jei kas nors tau daro tai, kas tau nepatinka? 38
  - ◆ Ką daryti, jei namuose smurtaujama? 39
  - ◆ Kaip elgtis, kad liktum saugus naudodamasis internetu? 40
- ⊙ Kur kreiptis patyrus prievartą 44
- ⊙ Rekomenduotina literatūra 46
- ⊙ Internetinės nuorodos 47





## **KAS YRA SMURTAS? AR SUAUGĘ ŽMONĖS GALI ELGTIS NETINKAMAI?**

Yra keletas paprastų tiesų apie vaikų gyvenimą, tokių kaip:

- visi vaikai gyvena su suaugusiais žmonėmis – tėvais, globėjais, kartais tik su seneliais ar auklėtojais;
- vaikais privalo rūpintis suaugusieji;
- visi vaikai gauna daug pamokymų ir nurodymų klausyti suaugusio žmogaus.

Taigi, atrodytu, kad visi vaikai gali pasitikėti suaugusiaisiais.

Bet kartais atsitinka taip, kad suaugę žmonės, kurie turėtų rūpintis vaiku, elgiasi žiauriai, netinkamai ir netgi nusikalstamai. Lietuvoje smurtą patiria tūkstančiai vaikų, kai kurie jų – kasdien.

Yra visokiausių nuomonių apie tai, kas yra smurtas prieš vaikus

Kai suaugęs žmogus sulaužo vaikui ranką, kad tas daugiau neimtų saldinių iš vazelės – visiems aišku – tai smurtas, kai nepažįstamas vyriškis užpuola berniuką ir nusitempęs į krūmus išprievartauja jį – aišku visiems – tai siaubingas smurtas. Tačiau kai šokių mokytojas pasikviečia individualiai pamokai 13 metų mergaitę ir rodo jai pornografines nuotraukas – kaip tai vertinti? Ar toks elgesys jai sukelia skausmą, ar kaip nors ją žaloja, ar tai smurtas?

Taip, tai yra piktnaudžiavimas vaiko pasitikėjimu, savo kaip suaugusiojo galiomis ir autoritetu, tai yra vaiko teisių pažeidimas, neleistinas ir nusikalstamas elgesys.







Daug metų žmonės galvojo, kad tik kai kurie labai „bjaurūs“ ir neišauklėti žmonės skriaudžia savo vaikus. Buvo manoma, kad jei vaikas „priklauso“ tėvams ir tėvai juo rūpinasi, tai gali su vaiku daryti ką nori – kaip nori bausti, kur nori vesti, kaip nori rengti, ir pašaliniam nedera į tai kištis.

1958 m. vaikų gydytojas C. Henry Kempe, gyvenęs Jungtinėse Amerikos Valstijose, atkreipė dėmesį, kad dažnai pasitaiko vaikų kojų ar rankų lūžių, žaizdų ar mėlynių ant kūno, kuriuos sunku paaiškinti, be to, jų pobūdis neatitinka vaikų ar jų tėvų aiškinimo, dėl ko tie sužalojimai atsirado. Gydytojas pradėjo domėtis, kas tiems vaikams atsitiko, ir nustatė, kad juos nuskriaudė, t. y. mušė, suaugusieji.

Vėliau įvairūs specialistai – gydytojai, psichologai, teisininkai – pradėjo domėtis, kaip yra paveikiamas vaikas, kai jį skriaudžia suaugusieji. Juk pasitaiko nelaimingų atsitikimų, kai lūžta kaulas ar atsiranda mėlynė. Tačiau paaiškėjo, kad smurto prieš vaikus pasekmės yra kur kas skaudesnės ir trunka labai ilgai.

Smurtą patyrę vaikai auga nepasitikėdami žmonėmis, jie nemyli savęs ir bijo aplinkinio pasaulio. Be to, jie dažnai elgiasi pikta ir net patys smurtauja, kartais žaloja save, svaiginasi alkoholiu, kad nejaustų skausmo, pykčio ar baimės; jie yra labai nelaimingi.

Šiandien jau beveik niekas neabejoja, kad yra suaugusių žmonių, kurie skriaudžia vaikus, smurtauja prieš juos. Kai vaikai auklėjami nuolat žiauriai mušami, o pastabos sakomos piktų, žeminančių ir atstumiančių žodžių srautais; kai tėvai negrįžta ištisomis paromis ir namie nėra ko valgyti; kai interneto pažįstamas siunčia trikdančias nuotraukas, o susitikęs liečia intymias vietas, – toks elgesys vadinamas smurtiniu ir yra nusiikalstamas.

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



Kalbėti ir girdėti apie smurtą prieš vaikus nėra lengva. Dažnai žmonės stengiasi sumenkinti problemą, bandydami galvoti ir sakyti, kad nieko baisaus, jei tėvai „pabara“ ar pataria vaikams tiesiog labiau klausyti ar „neįsivelti“ į konfliktą. Jie linkę teigti, kad fizinis smurtas – tai vaikų drausminimas, psichologinis žeminimas – tai tik kritika, seksualinis išnaudojimas – meilė ir švelnumas. Pagal šią sampratą išeitų, kad tokios meilės ir tokio auklėjimo reikia vaikui.

Tai netiesa, jokiam vaikui nereikia, kad jį žemintų, muštų ar seksualiai išnaudotų. Visi vaikai nori suaugusių žmonių meilės, pritarimo, įvertinimo, visus vaikus reikia kartais pabarti ir nurodyti klaidas, tačiau tai niekam nesuteikia teisės vaikų mušti ar seksualiai išnaudoti.

Visi vaikai kartais neklauso, prieštarauja, suklysta ką nors darydami. Kartais jiems nesiseka mokykloje, kartais jie pameta ar sugadina daiktus. Dėl to suaugusieji supyksta, tačiau nežino, kaip tinkamai elgtis, nemo-ka suvaldyti savo pykčio ir nesugeba padėti vaikams klausyti ar ištaisyti klaidas.

Labai blogai yra tai, kad bet koks smurtas – fizinis, seksualinis, psichologinis ar vaiko nepriežiūra – visada smarkiai žaloja vaiką. Net jei vaikas sako: „Man tas pats“, „Aš galiu tai iškęsti“, vis vien pasekmės yra labai rimtos.

Gerai yra tai, kad atpažintas smurtas gali būti sustabdytas. Vaikui gali būti suteikta pagalba, kad jis būtų saugus ir laimingas. Visada yra žmonių, kurie gali tai padaryti.



## ATMINK!

*Vaikas niekada nėra kaltas dėl suaugusiųjų smurto proveržių ar apraiškų.*

*Suaugusieji, mušantys, žeminantys, seksualiai išnaudojantys vaikus, gali galvoti ir teigti, kad dėl tokio elgesio kaltas vaikas, kad tai jis paskatino taip elgtis suaugusįjį – „privedė prie to“ ar „norėjo to pats“, tačiau tai yra melas.*

*Dėl smurto visada yra kaltas smurtaujantis suaugęs žmogus, kuris nemoka valdyti savo jausmų, nežino tinkamų būdų, kaip nuraminti ar sudrausminti vaiką, pats yra nelaimingas, piktas ir pavargęs ir ant vaiko išlieja savo bejėgišką įsiūtį.*





## KOKS GALI BŪTI SMURTAS?

Smurtas prieš vaikus gali būti fizinis, seksualinis ir psichologinis, taip pat vaiko nepriežiūra ir apleistumas.

Vaikas gali patirti vieną kurią nors iš šių smurto formų arba keletą iš karto. Pavyzdžiui, tėtis vaiką spardo ir tranko į sieną (fizinis smurtas), šaukia ant jo ir vadina visokiais žeminamais vardais (psichologinis smurtas). Dažniausiai skriauda viena nebūna – skaudina ir veiksmai, ir žodžiai.

Aptarkime smulkiau kiekvieną smurtinio elgesio rūšį, kad galėtum atpažinti, jei tu ar tavo draugas tapote nusikaltimo auka.

*Fizinis smurtas* yra tada, kai suaugęs žmogus tyčia sukelia skausmą vaikui ar jį sužeidžia. Suaugusio žmogaus veiksmai (mušimas, stumdymas, spardymas, deginimas, kandžiojimas, smauginimas, žnaibymas, baidymas ir pan.), kuriais vaikui sukeliamas skausmas yra fizinis smurtas.

Fizinis smurtas gali būti vienkartinis arba kartotis dažnai.

Fizinė trauma gali būti įvairaus sunkumo – nuo lengvo apdraskymo ir nubrozdinimo iki lūžusių kaulų, smegenų sutrenkimo, vidinių organų (inkstų, kepenų, blužnies) sužalojimo.

Fizinė prievarta taip pat yra, kai taikomos „ypatingos“ bausmės – kankinimas ar vaiko uždarymas tamsiose patalpose (sandėliuke, rūsyje, dėžėje).



Suaugusieji tokius savo veiksmus dažnai paaiškina kaip bausmę už netinkamą vaiko elgesį. Be to, vaikai irgi linkę save kaltinti, nes jie tikrai nepaklausė mamos ar auklėtojo ar gavo blogą pažymį, ar sudaužė puodelį, ar dar kitaip prasižengė. Vaikai stengiasi pateisinti suaugusįjį: „mama pavargusi“, „auklėtoja ir taip labai nervinga“ ir pan. Tačiau svarbu žinoti, kad niekas negali taip žiauriai bausti tavęs, kad net sutriktų tavo sveikata, kad tavo gyvybei grėstų pavojus.

*Vaidas, 10 m. Jis guli ligoninėje, nes jam lūžo ranka, šį kartą labai bjauriai lūžo. Anksčiau tik gipsą uždėdavo ir iškart paleisdavo namo, bet dabar kaulas buvo net išlindęs, ir Vaidas turės gulėti ligoninėje. Ne, jis niekam nesakė, kad tai tėtis jį nuo laiptų nustūmė, jis ir anksčiau niekam nesakė, nors tas gydytojas ir labai klausinėjo. Vaidas pasakė, kad važiuodamas su riedlente nukrito. Tėtis sakė, kad užmuš mamą, jei jis prasitars. Mama irgi niekam nesakė, ji irgi labai bijo. Gal reikėjo mamai nevirti tos pupelių sriubos, kai Vaidas prašė – juk žino, kad tėtis jos labai nemėgsta, gal nieko nebūtų įvykę. Anksčiau jis toks nebuvo, ir Vaidui patiko važinėti dviračiu su tėčiu ar eiti žvejoti. Bet dabar tėtis beveik visą laiką piktas, jie beveik nesišneka, Vaidas stengiasi nepakliūti tėčiui į akis. Tik mamos labai gaila...*

## PASITIKRINK, AR TU PATIRI FIZINĮ SMURTĄ?

- Ar esi mušamas taip, kad lieka mėlynių, nubrozdinimų ar kitų sužeidimų: įplėšiama ausis, praskeliama galva?
- Ar kada nors suaugęs žmogus sulaužė tau kaulą ar praskėlė galvą?
- Ar esi mušamas?
- Ar į tave kas nors užgesino cigaretę, degino tave žiebtuvėliu, cigarete, elektra, verdančiu vandeniu, chemikalais ar kaip kitaip?
- Ar kas nors tau yra sukėlęs didelį skausmą, pavyzdžiui, sukdamas ausį, duodamas „kriaušes“, spyręs ar kaip kitaip?
- Ar kas nors tave yra trankęs į sieną, mušęs kokiais daiktais – skėčiu, šluota, laidu ir pan.?



- *Ar tave baudžia liepdami stovėti ar sėdėti ilgą laiką nepatogia poza (pavyzdžiui, „kėdute“)?*
- *Ar tave baudžia uždarydami rūsyje, sandėliuke, tamsioje vonioje ar kokioje kitoje ankštoje ir tamsioje vietoje?*

## ATMINK!

*Niekas negali tavęs mušti – nei tėvai, nei mokytojai, nei kiti suaugę žmonės. Fizinė jėga – netinkamas būdas spręsti nesutarimus ir išlieti pyktį.*

*Tu turi žinoti, kad niekas, kad ir koks artimas ar svarbus žmogus tau būtų, negali tavęs, tavo brolių ir seserų mušti ranka ar įvairiais daiktais, stumdyti, daužyti, taisyti ar smogti, sukeldamas skausmą ir sužalojimus.*



***Seksualinis smurtas** prieš vaiką yra tada, kai suaugęs žmogus arba vyresnis vaikas išnaudoja vaiką seksualiniams savo norams tenkinti.*

*Seksualinė vaikų prievarta – plati sąvoka, ji apima kelias prievartos formas:*

- *Suaugusysis seksualiai išnaudoja vaiką – liečia, glosto, bučiuoja intymias vaiko vietas, nurenginėja vaiką, verčia vaiką liesti intymias suaugusiojo vietas arba vaiko akivaizdoje pats liečia intymias savo*



*vietas, 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 atlikti seksualius veiksmus, tokios nuotraukos ir filmai dedami internete ar kitaip platinami.*
- Vaikų įtraukimas į prostituciją, prekyba vaikais – suaugusysis verčia vaiką elgtis seksualiai su kitais žmonėmis, turėti lytinius santykius ir už tai gauna pinigus.*

Seksualiai smurtaujantis suaugusysis gali versti vaiką galvoti, kad tai vaiko kaltė arba kad taip elgtis yra normalu, tačiau dėl to niekada nėra kaltas vaikas ir tai nėra normalu – tai yra nusikaltimas. Nesvarbu, ar suaugusysis panaudoja jėgą ir grasinimus, ar suvilioja gražiais žodžiais ir pažadais.

Kartais nelengva susigaudyti, koks suaugusiojo elgesys yra tinkamas.

Kai tėtis maudo vonioje savo trejų metų dukrytę – tai tinkamas elgesys, tačiau jei tėtis ateina į vonią, kai dukrai trylika ir verčia ją jaustis nejaukiai, toks elgesys nėra tinkamas. Kai penkerių metų berniukas su savo vienmete drauge žaidžia „daktarą“, tai yra normalus žaidimas, tačiau, jei keturiolikmetis su septynerių metų mergaite žaidžia „daktarą“ ar „mamytę ir tėvelį“ – tai yra seksualinis išnaudojimas.

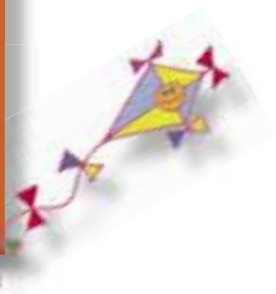
*Giedrė, 13 m. Ji labai vieniša. Tėvai seniai išsiskyrė, ir tėtis labai retai tepaskambina. Jis dabar turi kitą šeimą, dažnai būna išvažiuavęs ir nelabai turi laiko. Mama vis dar liūdna, ji liūdi nuo tada, kai tėtis išėjo. Geriau jos netrukdyti. Be to, ji labai daug dirba. Giedrė neturi draugų ir vaikinų, ji negraži. Giedrė mėgsta internetą. Ten ji susiranda su kuo pasikalbėti. Ten yra Justas, kuris dažnai parašo ir moka paguosti. Jis sako, kad nori būti jos geriausiu draugu ir ja pasirūpinti. Ji manė, kad Justui irgi trylika, bet kai susitiko, paaiškėjo, kad jam jau per 20. Jis net atrodo visai „senis“. Jis davė jai truputį vyno – nebuvo skanu. Dar jis jai rodė suaugusiųjų žurnalus ir*



*glostė, na, ten... nebuvo malonu... Kažkaip keistai Giedrė jautėsi, bet buvo nepatogu pasakyti Justui, jis juk buvo toks draugiškas. Rytoj ji vėl eis su juo susitikti, mama nieko nežino. Giedrei truputį baisu, jai nepatinka, ką jis daro, bet jis juk toks geras draugas...*

## ATMINK!

*Jei suaugęs žmogus sako, kad šitoks neįprastas seksualus elgesys yra tinkamas, kad yra kvaila to bijoti ar kad taip elgiasi visos „normalios mergaitės“, tai tu vis tiek tikrai gali pasitikėti savimi ir savo jausmais. Niekas kitas negali už tave nuspręsti, kas tau yra gerai, ir tu turi teisę save saugoti. Apie tai tu turi pasakyti kitam suaugusiam žmogui,*



## NESUTRIK, JEI TAVE GĄSDINTŲ AR VILIOTŲ!

*Atpažinęs pavojingą elgesį, gali išvengti pavojaus.  
Seksualiniai smurtautojai elgiasi panašiai:*

- *Kartais vilioja pačiais svarbiausiais dalykais, sakydami: „Aš tave labai myliu, tu esi ypatinga ir vienintelė, tai yra mūsų paslaptis“ ir pan.*
- *Kartais grasina: „Jeigu kam nors prasitarsi, tas pats bus ir tavo broliui“, „Jei kam nors papasakosi, tai mane pasodins į kalėjimą, tu manęs niekada nematysi, mamytė susirgs ir pan.“*
- *Kartais gąsdina: „Jei mama sužinos, ji numirs.“*





- *Kartais tiesiog apgauna: „Visi tėčiai taip daro, tu turi išmokti būti tikra moterimi.“*
- *Kartais suvilioja pažadais: „Tu tapsi modeliu, tik reikia tam tinkamai pasiruošti, būti suaugusiai, ten vaikų neima.“*
- *Kartais kaltina: „Tu pati norėjai taip elgtis. Niekas tavim nepatikės, tu – melagė.“*
- *Kartais gėdina: „Visi galvos, kad tu pasileidėlė, niekas tavim netikės, tu – purvina ir ištvirkusi.“*
- *Kartais įvilioja į spąstus, naudodamas internetą arba SMS, sakydamas, kad jis yra tavo bendraamžis ir nori būti tavo draugas, o susitikęs grasina ir naudoja prievartą.*

## KELI FAKTAI APIE SEKSUALINĮ SMURTĄ

- Seksualinė prievarta nėra retas reiškinys. Ją gali patirti ir berniukai, ir mergaitės. Tyrimai rodo, kad iki 25 proc. mergaičių ir iki 10 proc. berniukų iki 18 m. yra patyrę prievartą.
- Dažniausiai yra išnaudojami 8–12 metų vaikai, nors seksualinę prievartą gali patirti ir kūdikiai, ir vyresni vaikai.
- Dauguma tyrimų rodo, kad dažniau vaikas seksualinę prievartą patiria iš artimų žmonių. Įvairių tyrimų duomenimis, iki 85 proc. atvejų aukos pažiūsta prievartautojus, jais pasitiki. Daugiau negu 50 proc. išaiškintų prievartos atvejų vaiką seksualiai išnaudojo tėvas, patėvis, kitas šeimos narys ar artimas giminaitis.
- Seksualiai išnaudojami gali būti ir mergaitės, ir berniukai. Lygiai taip pat prievartautojais būna ne tik vyrai, bet ir moterys.
- Seksualinė prievarta, ypač šeimose, dažniausiai yra ne vienkartinis reiškinys, o tęsiasi daug metų.
- Vienkartinius seksualinius užpuolimus dažniausiai įvykdo vaikui nepažįstami žmonės.
- Vaikai dažniausiai slepia, kad yra patyrę seksualinę prievartą ir niekam apie tai nepasakoja. Neretai praeina ne vieneri metai, kol vaikas kam nors papasakoja apie patirtą prievartą ir labai retai kam nors papasakoja iškart po prievartinio poelgio.



## TAU SVARBU ŽINOTI:

- Tavo kūnas priklauso tik tau. Tu turi teisę rengtis, praustis ir miegoti vienas.
- Žmonės liečia vieni kitus skirtingai. Jei kas liečia tave taip, kaip tau nepatinka, tu gali pasakyti tokiam žmogui „ne“ arba „taip manęs neliesk.“
- Tu turi teisę nebūti su tokiu žmogumi, nors jis yra artimas giminaitis ar draugas.
- Joks suaugusysis neturi teisės liesti tavo intymių vietų (išorinių lyties organų), išskyrus gydytoją ar mamą, kai tai daro dėl tavo sveikatos.
- Joks suaugusysis neturi teisės prašyti tavęs liesti jo kūno intymių vietų.
- Tu nekaltas, jei suaugusysis liečia intymias tavo kūno vietas. Būtent suaugęs žmogus turi suprasti, kad taip elgtis jis neturi teisės. Tai visai ne tavo kaltė.
- Papasakok apie kiekvieną nemalonią, gąsdinančią ar neįprastą situaciją suaugusiajam, kuriuo pasitiki.

Gana dažnai vaikinai ir merginos, nukentėję nuo seksualinio smurto, nepasakoja apie tai suaugusiems, tačiau pasidalija šiuo išgyvenimu ir siaubu su artimiausia drauge ar draugu.

## KĄ DARYTI, JEI TAVO DRAUGĖ PAPASAKOJO APIE PATIRTĄ SEKSUALINĮ SMURTĄ

- Tavo parama draugei yra labai svarbi.
- Išklausk.
- Leisk draugei kalbėti, nepertrauk. Jai reikia laiko išsipasakoti, nesku- bink, būk kantrus.
- Tikėk savo drauge. Retai kada žmonės sukuria tokias siaubingas is- torijas.





- *Parodyk draugei, kad ji tau rūpi. Pabūk šalia, paguosk, užjaušk. Pasakyk jai gerą žodį.*
- *Užtikrink draugę, kad ji nekalta dėl to, kas atsitiko.*
- *Neklausk: „Kodėl tu nerėkei?“, nesakyk: „Ir ko tau ten reikėjo važiuoti“, nepriekaištauk: „Ar aš tau nesakiau ten neiti“. Vietoj to geriau pasakyk: „Tave kvietė muzikos paklaudyti, o ne būti išprievartautai, tai ne tavo kaltė“, arba pasakyk: „Turbūt net rėkti neįmanoma, kai taip baisu.“*
- *Jei draugė prašo niekam nepasakoti apie įvykį, gerbk jos norą, tačiau nepažadėk draugei laikyti šio įvykio visiškoje paslapyje. Paskatink ją kreiptis pagalbos į žmones, kurie gali padėti. Smurtautojas turi būti sustabdytas, nes jis nuskriaus dar ne vieną mergaitę.*
- *Padėk jai, būk šalia, kai kreipsis pagalbos, gal jai reikės gydytojo ar policijos pagalbos, gal jai baisu vienai grįžti namo.*



*Psichologinis smurtas* – tai tyčiojimas iš vaiko, žodinis agresyvus elgesys, žeminimas, gąsdinimas, vertimas jaustis kaltam, nuolatinis blogos savijautos sukėlimas, parodymas, kad vaikas nėra mylimas.

Kartais suaugusieji sako labai skaudžius žodžius ir jais labai sužeidžia. Arba pratrūksta pykčiu – tai irgi yra smurtas. Nuolatiniai riksmi, pavyzdžiui: „Tu man nusibodai“, „Nieko gero iš tavęs neišeis“, „Ar tu kvaila, kad nežinai kaip klausyti?“, „Tu – niekam tikęs tinginys“, „Man bloga nuo tavęs“, „Idiotas“, „Tu nieko negali gerai padaryti“, „Geriau jau būtum negimęs“, „Man bjaurus tavo zyzimas, užsičiaupk“, „Atiduosiu tave į vaikų namus“ ir t. t. yra psichologinis smurtas.

Žodžiai gali būti labai skaudūs, ypač jeigu juos taria vaiko mylimas suaugusysis, kuriuo jis pasitiki – tėtis, mama, globėja, auklėtojas, mokytoja, močiutė, dėdė. Jie gali žeisti dar skaudžiau už fizinius kirčius.

Šiuo atveju jokie kaulai nelūžta, bet žaizdos lieka ilgam.



*Elena, 11 m. Ji gyvena su globėja. Kartu gyvena jos tikra sesutė ir dar berniukas iš kitos šeimos, jis taip pat neturi nei mamos, nei tėčio. Globėja gera, ji skaniai verda valgyti, ir namuose visada šilta ir švaru, tačiau ji dažnai pyksta. Kartą Elena nenuvalė dulkių nuo knygų lentynos, ir globėja labai barė, ji rėkė ir stumdė Eleną, vadino ją „girtuoklių išpera“, „apsileidusia kiaule“, „išgama“ ir sakė, kad iš jos „išaugs tokia pati valkata kaip ir jos mama“ ir kad ji niekada daugiau neleis Elenos į šokių būrelį ir pas drauges, tokia ji yra „baidyklė“ ir „visi žmonės jos nemėgsta“. Buvo labai baisu. Elena žino, kad globėjai pyktis praeina, ir kartais, net jei visai nesutvarkai kambario, ji nepyksta, bet labai dažnai ir pyksta. Be to, ji ir pati žino, kad jos niekas nemėgsta ir į tą būrelį ji gali ir neiti, nes tikrai jai neišeis taip gerai šokti kaip kitiems vaikams. Ji iš tiesų yra tikra „netikša“.*



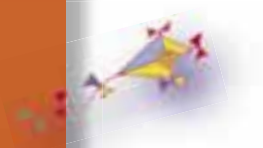
## SVARBU ŽINOTI:

*Suaugusysis psichologiškai smurtauja, kai:*

- **atstumia tave:** *parodo, kad nemyli, kad nepatinki, kad esi nevertinamas, „negirdi“ tavęs, kai tau ko nors reikia, nekreipia į tave dėmesio;*
- **izoluoja tave:** *neleidžia turėti draugų, eiti į mokyklą, lankyti būrelius, neleidžia bendrauti;*
- **terorizuoja:** *nuolatos priekaištauja, piktai šaukia, gąsdina, pravardžiuoja, žemina, tyčiojasi, kaltina;*
- **verčia tave netinkamai elgtis:** *vogti, elgetauti, gerti, vartoti kvaišalus, kankinti gyvūnus ir pan.*

## ATMINK!

*Tu esi vertas meilės, užuojautos, rūpinimosi. Tu esi vertingas, tu gali būti mylimas, turėti draugų, turėti mėgstamą užsiėmimą, niekas, net pats svarbiausias pasaulyje žmogus, negali tyčiotis iš tavęs, žeminti ir niekinti tave, versti tave jaustis menkavertį.*



*Nepriežiūra ir apleistumas* yra tada, kai suaugusieji nesirūpina vaiku.

Vaikams reikia, kad juos prižiūrėtų, kad turėtų ką valgyti, tinkamų drabužių ir reikalingų daiktų, kad būtų lova miegoti. Kad ateitų gydytojas, jei vaikas serga, kad vaikas 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 suaugusiojo priežiūros;*
- *verčia vaiką atlikti pagal jo jėgas ir amžių per sunkius suaugusiojo namų ruošos darbus – gaminti maistą, skalbti, prižiūrėti jaunesnius vaikus ir pan;*
- *nepakviečia gydytojo, kai vaikas serga, neparūpina vaistų.*

Aišku, yra šeimų, kurios neturi daug pinigų, ir kartais tėvai negali nupirkti daug maisto ar naujų madingų drabužių, tačiau tėvai rūpinasi, kad vaikas nebūtų alkanas, kad jis nešaltų žiemą, kad turėtų reikiamas priemones mokyklai. Tačiau yra tėvų, kuriems nesvarbu, ar jų vaikas pavalgęs, jie nesidomi jo sveikata ir nesirūpina, kad jis turėtų reikiamas mokyklinės priemones. Tai yra nepriežiūra.

*Kostas, 12 m. Jis nenori eiti į mokyklą, niekas ten su juo nedraugauja ir mokytoja juo nepatenkinta. Vis sako: „Pasistenk, paruošk namų darbus.“ Ji nesupranta, kad nėra kur paruošti tų namų darbų, mama ir tėvas vėl buvo girti ir barėsi visą naktį. Kostas turėjo saugoti sesutę, o ji iš baimės apsisiojo, nes negalėjo nueiti į tualetą. Dabar jo visi drabužiai smirdi ir nėra kuo persirengti. Tie bendraklasiai vėl juoksis ir vadins „smirdžium“. Bet gal reikės nueiti į mokyklą, ten nors pavalgyti gaus ir sesutei ką nors parneš.*



## ATMINK!

*Tu turi teisę gyventi saugiai-  
me būste, būti pavalgęs, turėti tinkamų  
drabužių ir reikiamų priemonių, net  
jei tavo tėvai nepajėgia tuo pasirūpin-  
ti. Netylėk!*

*Žmonės, ginantys tavo teises,  
pasirūpins, kad tu ir tavo šeima gau-  
tumėt valstybės pagalbą ir paramą pa-  
tenkinti būtiniausioms reikmėms, o  
tavo tėvams padės išmokti būti rūpes-  
tingesniems.*





## KOKIE VAIKAI PATIRIA SMURTĄ?

- Smurtą patiria visai maži, didesni vaikai ir netgi visai dideli paaugliai.
- Smurtą patiria vaikai, kurie turi tėvus ir gyvena savo namuose, ir vaikai, kurie gyvena su globėjais ir auklėtojais vaikų namuose ar šeimynose.
- Smurtą patiria ir turtingai gyvenantys, ir labai skurstantys vaikai.
- Smurtą patiria vaikai, kurie gyvena ir dideliuose miestuose, ir kaimuose, ir mažuose miesteliuose.
- Smurtą patiria vaikai, kurie turi draugų, ir tie, kurie yra labai vieniši.

**ŽINOK!**

*Bet kuris vaikas gali patirti smurtą.  
Tavo draugas gali būti patyręs smurtą.*



## KAS TIE SMURTAUTOJAI?

Yra žmonių, manančių ir teigiančių, kad prieš vaikus smurtauja tik tam tikro tipo žmonės – kažkokie „monstrai“, „vaikų skriaudikai“, kurie priklauso tam tikrai žmonių grupei – pavyzdžiui, asocialūs asmenys, iškrypėliai, „tikrai nė vienas iš mano pažįstamų žmonių“.







Be abejo, vaiką gali nuskriausti nepažįstamas žmogus – užpulti gatvėje ar kabinėtis autobuse, *tačiau kur kas dažniau vaikus nuskriaudžia artimi, pažįstami žmonės, o kartais net ir patys artimiausi – tėvai, mokytojai, auklės, treneriai, būrelio vadovai* ir jie gali būti iš bet kurios socialinės grupės.

#### VAIKĄ GALI SKRIAUSTI:

- *artimiausi vaiko giminaičiai – tėvai, seneliai, broliai, dėdės ir tetos;*
- *negiminaičiai – auklės, treneriai, kaimynai, būrelio vadovai, mokytojai;*
- *vaiko globėjai;*
- *vaikui gerai pažįstamas žmogus, kuriuo jis pasitiki;*
- *visiškai nepažįstamas užpuolikas;*
- *išsilavinę žmonės ar jau seniai nelankantys jokios mokyklos;*
- *įvairaus amžiaus – jauni ir net labai seni;*
- *labai turtingi, turintys daug pinigų, važinėjantys brangiomis mašinomis ir besimaitinantys brangiame kavinėse;*
- *visiški vargšai, neturintys pinigų, neturintys darbo ir namų;*
- *vyrų ir moterų;*
- *gyvenantys mieste ar kaime, ar interneto „gyventojai“.*
- *Vaikų skriaudėjai dažniausiai atrodo visiškai normalūs kaip ir visi kiti žmonės.*

**SVARBU ŽINOTI, KAD NEPAISANT TO  
KAD BET KURIS  
ŽMOGUS GALI BŪTI SMURTAUOJAS,  
TIKRAI NE KIEKVIENAS SMURTAUJA.**





## KODĖL KAI KURIE SUAUGUSIEJI SKRIAUDŽIA VAIKUS AR JŲ NEPRIŽIŪRI?

Tėvai, auklėtojai, globėjai, kurie skriaudžia savo vaikus ir jų neprižiūri, nėra kokie nors monstrai ir siaubūnai. Dauguma jų myli vaikus, tačiau nežino, kaip reikia auginti vaikus ir rūpintis jais. Jie nesupranta, ko vaikui iš tikrųjų reikia.

- *Kai kurie suaugusieji elgiasi su savo vaikais taip, kaip su jais pačiais elgėsi, kai jie buvo vaikai. Jų tėvai juos pačius mušė ir skriaudė.*
- *Kai kurie suaugusieji tiesiog nežino, kaip reikia auginti vaikus, kaip juos maitinti, drausminti, ko jiems reikia, kai jie verkia.*
- *Kai kurie suaugusieji pyksta dėl visai kitų priežasčių. Galbūt jie turi sunkumų dėl pinigų, dėl darbo, pykstasi su kaimynais ar dar dėl ko, bet visai ne dėl vaikų. Bet užuot aiškinę savo problemas su kitais žmonėmis, jie išlieja pyktį ant savo vaikų.*
- *Kai kurie suaugusieji, kurie skriaudžia vaikus, per daug geria alkoholio arba vartoja kitus kvaišalus ir visai savęs nekontroliuoja.*
- *Kai kurie suaugusieji visai nežino, kaip elgtis, kai vaikas neklauso, jie temoka mušti ir rėkti.*
- *Dauguma suaugusių žmonių, kurie skriaudžia savo vaikus, nemyli ir savęs, jie nepasitiki savimi, jaučiasi nelaimingi, tuomet skriausdami mažesni ir silpnesni, pasijunta galingesni ir stipresni.*

### ATMINK!

*Jokios priežastys nepateisina smurtaujančio suaugusio žmogaus poelgio. Tai yra nusikaltimas. Jei suaugusysis skriaudžia tave, jis turi būti sustabdytas, kad tu būtum apsaugotas.*





## AR VAIKAI GALI BŪTI SMURTAUTOJAI? AR TU GALI TOKS BŪTI?

Vaikai irgi gali netinkamai elgtis skriausdami kitus vaikus. Tai ypač dažnai atsitinka mokykloje, kai yra tyčiojamosi iš klasės draugų ar mažesnių mokinių. Tai kartais vyksta namie, kai skriaudikas yra brolis arba sesuo.

*Patyčios* – tai agresyvus, pasikartojantis elgesys, kai stipresnieji skriaudžia silpnesnius. Patyčios – tai:

- *kabinėjimasis;*
- *pravardžiavimas;*
- *erzinimas;*
- *stumdymas;*
- *mušimas;*
- *pinigų atiminėjimas;*
- *kuprinės, sąsiuvinų ar kitų daiktų atiminėjimas ar gadinimas;*
- *apkalbos;*
- *ignoravimas;*
- *gąsdinimas.*

*Motiejus, 12 m. Šiandien jis mokykloj susimušė. Žiauriai susimušė. Pagaliau! Jau dvejus metus kentėjo, užteks. Oi, kaip visi sulėkė – ir auklėtoja, ir direktorė, ir net policija atlėkė. O kiek jis sakė, kad kabinėjasi, kad jam nusibodo, kad nebegali... Niekas neįsiklausė: „Nekreipk dėmesio“, „Pats gal pirmas pradėjai“, „Atsikirsk“, „O tu ten nebūk, kur jie būna“. Lengva jiems pasakyti: „Nebūk“ – jie visur. Ir ko jis nedarė – ir vėliau ateidavo, ir anksčiau išeidavo, ir atseit dėmesio nekreipė. Jau taip nusibodo! Visi juokiasi, ką tik pasakysi, ar atsistosi, ar atsisėsi, ar tylėsi, ar šnekėsi – jiems vis tiek neįtiksi. Dabar tegu laksto. Jis į tą mokyklą vis tiek nebegriš.*





**PASITIKRINK, AR TU NESI TAS**, iš kurio vaikai tyčiojasi. Ar mokykloje tau nėra baisu dėl bendraklasių ar kitų mokinių elgesio, ar esi tas, kurį pravardžiuoja, užgaulioja, niekina ir verčia daryti visokius nemalonus dalykus. Ar tave reketuoja prie mokyklos, kieme, ar kas nors priekabiauja prie tavęs mokyklos tualete ar sporto salėje.

*Jei taip, turi tuoj pat pasakyti apie tai savo tėvams, auklėtojai ar kokiam kitam suaugusiam žmogui, kuriuo pasitiki.*

*Netylėk.*

*Nebūk vienas su savo bėda.*

*Tu nesi kaltas, kad jie taip elgiasi, tai ne tavo kaltė.*



Broliai, seserys, draugai dažniausiai žino, kad koks nors vaikas yra tapęs patyčių objektu. Jie apie tai sužino kur kas anksčiau nei mokytojai ar tėvai. Kartais vaikas, iš kurio tyčiojasi, prašo draugų apie tai niekam nesakyti. Jis bijo, kad bus dar blogiau, kad niekas negalės jam padėti, o iš jo tik dar labiau tyčiosis.

Yra vaikų, kurie mano, kad yra „neutralūs“, jei jie „nesikiša“, kai jų bendraklasiai tyčiojasi iš kurio nors vaiko. Tačiau kai tyčiojamasi, nėra neutralios pozicijos. Nieko nedaryti matant patyčias reiškia pritarimą smurtautojui. Negali tuo pat metu apie tai žinoti ir nežinoti. Jei nieko nedarai, vadinasi, pritari tokiam elgesiui ir pats dalyvauji. Smurtautojai jaučiasi dar geriau, kai visi jų bijo.

*Jei iš tavo draugo, brolio ar sesers tyčiojasi, tai gali pabandyti kaip nors stabdyti patyčias. Tu tikrai gali padėti draugui, broliui ar seseriai, nes joks smurtautojas nėra labai galingas. Jis tyčiojasi tol, kol mano, kad visi kiti jam pritaria.*

#### **Ką reikia daryti:**

- *Įkalbėk draugą papasakoti apie tai tėvams ar auklėtojai.*
- *Paskatink draugą papasakoti tau daugiau apie tai, kaip iš jo tyčiojasi.*
- *Pasiūlyk pats pašnekėti su suaugusiaisiais apie tai, kas vyksta.*
- *Parodyk tiems, kurie tyčiojasi, kad tu jų nebijai ir kad tu netylėsi.*
- *Pasikalbėk apie šią problemą su kitais mokiniais – pasitark, ką galite daryti, kad patyčios būtų sustabdytos.*
- *Įtrauk kuo daugiau žmonių – suaugusiųjų ir vaikų, kad jie žinotų, kas vyksta.*

**JEI NĖ VIENAS IŠ ŠITŲ VEIKSMŲ  
NEPADEDA,  
NENUSIMINK IR SUGALVOK  
DAR KĄ NORS.**





### **Ko nereikia daryti:**

- *Pats nenaudok smurto prieš tuos, kurie tyčiojasi, nes kiti manys, kad tu esi toks pats kaip tie smurtautojai.*
- *Nesakyk draugui, kuris patiria patyčias, kad jis turi pasistengti įveikti šią bėdą. Pats vienas niekas negali įveikti smurto.*
- *Nesistenk ir tu pats vienas įveikti smurtautojų, nes smurtui sustabdyti reikia bendrų pastangų, ir tikrai yra daugiau vaikų, kuriems nepatinka, kai yra tyčiojamas iš kitų.*

Nėra lengva priešintis patyčioms, kai dauguma klasės draugų neprieštaruja tokiam smurtautojų elgesiui. Gal kartais net pats nesupranti, kad kartu juokdamasis, šaipydamasis, pravardžiuodamas, atimdamas kuprinę ir linksmindamasis, kai kas nors sutrikęs ieško savo daiktų ar valosi išsteptus drabužius, padedi tyčiotis tiems, kurie tai sumanė.

Pagalvok, ar tu esi tas, kuris skaudina kitus? Ar tu ką nors pravardžiuoji, juokiesi ir tyčiojiesi, užgaulioji ir gąsdini, atiminėjai ar gadini daiktus, muši kitus vaikus? Ar skriaudi savo sesutę ar broliuką ir nesustoji, kai tau sako „Ne“.

***JEI TAIP, TURI TUOJ PAT LIAUTIS,  
NES TU GALI BŪTI KITOKS.  
NET JEI TAVE PATĮ KAS NORS SKRIAUDĖ,  
NET JEI TAU LABAI  
PIKTA DĖL KO NORS,  
NET JEI TU PATS LABAI BIJAI,  
GALI LIAUTIS.***







## AR GALIMA PYKTI, BIJOTI, ŠLYKŠTĖTIS?

*Na štai, dabar jau žinai, kaip netinkamai žmonės gali elgtis – suaugusieji ir vaikai. Bet ar galima ir netinkamai jaustis?*

*Tikrai ne. Visi jausmai yra tinkami, tik ne visi yra malonūs. Kai kurie jausmai būna labai nemalonūs arba labai stiprūs.*

*Jei kas nors tave nuskriaudė, tai tu jauti labai daug visokių jausmų. Turbūt tu pyksti ir bijai, ir šlykštiesi, esi sutrikęs ir nežinai, kaip bus toliau. Taip jaustis yra normalu. Nenormalu, kad tave nuskriaudė. Tai ne tavo kaltė.*

*Vaidas jau išėjo iš ligoninės. Jo ranka vis dar sugipsuota. Dar kokį mėnesį negalės rašyti. Jis šiandien labai liūdnas ir labai stengiasi, kad nepakliūtų tėvui po ranka. Jis bijo savo tėčio ir pyksta ant jo ir ant mamos, kad jis neturi normalių namų kaip kiti. Kartais Vaidas galvoja, kad tikrai atkeršys tėvui, kai užaugs, o kartais jis prisimena, kaip smagu buvo su tėčiu žvejoti ir ritinėtis pievoje. Kaip norėtųsi, kad tėtis būtų linksmas, tada Vaidas pasakytų, kaip jam labai jo trūksta, kaip jis myli jį. Bet šiandien Vaidas labai pyksta ir net nekenčia tėčio. Šiandien Vaidas slepiasi, kai tėtis grįžta namo ir svajoja vieną dieną išeiti iš namų ir niekada nebegrįžti. Gal jau greit...*

Kiekvienas skriaudą patyręs vaikas ją išgyvena savaip ir savaip bando ją įveikti. Vis dėlto vaikai, patyrę skriaudą, turi tam tikrų bendrų bruožų, jie jaučia panašius jausmus ir galvoja panašiai.

*Prievartą patyręs vaikas:*

- išgyvena nuolatinę baimę, jis bijo naujo smurto, bijo smurtautojo grašinių ir keršto;*



- išgyvena gėdos jausmą – jis mano, kad dėl šio įvykio jis tapo „blogas“, „kitoks“, „nešvarus“, „silpnas“. Jam gėda, kad jo šeima tokia, kad jis taip kvailai patikėjo pažadais, kad „susimovė“;
- nenori pakenkti prievartos kaltininkui, nes dažniausiai tas asmuo yra artimas vaikui žmogus, jį vaikas myli, bijo, kad prievartai išaiškėjus gali suirti šeima;
- bijo, kad apie prievartą gali sužinoti ir kiti žmonės – bendraamžiai, kaimynai, bendraklasiai, bijo, kad juoksis iš jo ar jį smerks;
- jaučiasi kaltas – jis galvoja, kad taip atsitiko dėl to, kad jis pats ten nuėjo, kad neapsigynė, kad yra bailys, kad nemoka įtikti ir pan.;
- jaučiasi bejėgiškai – jis mano, kad „nieko negali pakeisti, niekas jam negali padėti, niekas niekada nepasikeis“;
- pyksta – nes tai, kas su juo atsitiko, yra labai neteisinga. Kartais jis dėl to pats elgiasi labai pikta – įsivelia į muštynes, susipyksta su draugais ar mokytojais, vartoja kvaišalus;
- kartais nekenčia savo kūno ir netgi jį žaloja;
- yra labai liūdnas ir kartais jam atrodo, kad geriau yra numirti.

*Elena metė būrelį, nenori ten eiti. Draugių jau irgi seniai nematė, ji nenori pasikviesti jų namo, globėjai nepatinka jos draugės, o ir draugės jau seniai nekviečia jos pas save. Aišku, kam ji tokia reikalinga. Elena dabar labai liūdna, ji nemyli savęs, ji jaučiasi negraži, kvaila ir niekam tikusi. Ji nenori nieko, tiesą sakant, ji apskritai nenori gyventi, jau du kartus bandė gerti tablečių ir visur ant sienų parašė „mirtis“, bet kam tai rūpi, niekam ji nereikalinga. Jai gėda eiti į mokyklą, nes ji vėl tinkamai nieko neatsakys. Kaip jai viskas nusibodo, nekenčia visų, „taip pikta, geriau jau būčiau negimusi“.*

Ir Elena, ir Kostas, ir Vaidas, ir Giedrė, ir Motiejus jaučiasi labai panašiai. Jie išgyvena labai daug stiprių sumišusių jausmų – *ir pykčio, ir liūdesio, ir baimės, ir gėdos*. Taip jaučiasi visi smurtą patyrę vaikai.



## ATMINK!

*Visi jausmai yra teisingi, tačiau ne viską lengva išgyventi. Nėra lengva pykti, bijoti, nekęsti. Tai, ką jauti, yra teisinga, tačiau ne visi veiksmai yra teisingi. Kad ir kaip blogai jautiesi, nežalok savęs, neslopink jausmų alkoholiu ar kvaišalais, dėl to tik dar blogiau jausiesi. Stenkis nuvyti slogias mintis ir prisiminti ką nors gera, pamėgink patikti pats sau. Būtinai pasikalbėk su kitais apie tai, kaip jautiesi.*



## KELETAS BŪDŲ, KURIE GALI PADĖTI PASIJUSTI GERIAU

Pabandyk:

- *nupiešk, kaip jautiesi;*
- *rašyk dienoraštį;*
- *ilgiau pamiegok;*
- *paskaityk ar paklausyk muzikos;*
- *suvalgyk ką nors skanaus;*
- *išgerk arbatos ar kakavos;*
- *pasivaikščiok, pasivažinėk dviračiu, pažaisk krepšinį;*
- *pasikalbėk su kuo nors artimu.*





## AR GALIMA SKŪSTIS?

### SKŪSTIS REIKIA!

Smurtautojams paranku sakyti, kad skūstis gėda ir skundikų niekas nemėgsta. Iš tikrųjų nemėgsta smurtautojų, tačiau apie juos galime sužinoti tik tuomet, kai nukentėjusysis pasako, kas vyksta.

*Vaikai retai patys pasako, kad patiria prievartą. Smurto prieš vaikus atvejai dažnai lieka neišaiškinti, nes vaikai nepasakoja apie tai, kas jiems atsitiko. Apie smurtą vaikai nesako dėl įvairių priežasčių:*

- *nežino, kad yra vaikus ginantys įstatymai ir organizacijos, ginančios vaiko teises;*
- *nežino, kam ar kaip galėtų apie tai papasakoti; nežino, kur ieškoti pagalbos;*
- *prievartą patyrusiam vaikui sunku pasitikėti suaugusiais žmonėmis. Jis bijo, kad suaugusieji juo nepatikės;*
- *bijo, kad suaugusieji dar labiau supyks, kad nepadės, tik bus dar blogiau, kad jie patys bijos smurtautojo, kad vaiko nebemylės;*
- *nesupranta, kad tai prievarta – vadinasi, tai yra nusikaltimas ir taip su vaiku niekas negali elgtis, net patys artimiausi žmonės;*
- *labai baisu prisiminti ir pasakoti apie patirtą prievartą, vaikas vengia bet ko, kas primintų prievartą;*
- *gėdijasi apie tai šnekėti, o kartais jaučiasi kaltas dėl to, kas atsitiko;*
- *pažadėjo saugoti paslaptį.*

*Giedrė jau tris kartus susitiko su Justu. Paskutinį kartą buvo labai baisu. Laaaaaaaabai šlykštu! Justas rodė kažkokį šlykštų filmą, porno... Visur kišo rankas ir aiškino, kad jei ji kam nors pasakys, ką jis darė, tai ja niekas nepatikės, nes ji pati atėjo, „vadinasi, pati norėjo“, ir visi sužinos, „kuo ji čia užsiima“. Giedrė ir pati mano, kad niekam negalima sakyti, nes*



mama „numirs sužinojusi“, o tėvas daugiau niekada nenorės su ja susitikti. O gal čia ir nieko baisaus? Justas sakė, kad ji turėtų džiaugtis, kad jis su ja būna, nes ji tokia negraži, kad joks vaikas vis tiek su ja nebus. Bet kodėl taip šlykštu? Dieve, jei tik turėtų su kuo pasikalbėti, jei tik žinotų, kad mama nepyks, tai tikrai jai viską pasakytų....

## ATMINK!

Jei tave skriaudžia suaugęs žmogus, jei iš tavęs tyčiojasi tavo bendraamžiai, būtina pranešti apie tai žmonėms, kuriais pasitiki, nes kitaip skriaudėjai nesustos. Kad būtum saugus, svarbu išdrįsti ir pasakyti, kas tau nutiko ir kas tave slegia. Jei pabandei vieną kartą ir tavęs neišgirdo, tai nesustok, kreipkis į kitą žmogų, kalbėk tol, kol būsi išgirstas, o smurtautojas sustabdytas.

- Pagalvok, kas yra tas suaugęs žmogus, kuriuo pasitiki. Gal tai mokytoja, socialinė pedagogė, kaimynas, gydytojas, nesmurtaujanti mama ar tėtis, krikšto mama. Kas nors tikrai turi būti.
- Pirmas žingsnis, kad pasijustum šiek tiek geriau, yra papasakoti, kas vyksta, kas atsitiko.
- Pasakyk, kad nori pasikalbėti asmeniškai.
- Papasakok, kas vyksta. Paprašyk pagalbos.
- Prašyti pagalbos nėra lengva! Gali būti sunku pasakoti svetimam žmogui apie savo rūpesčius. Reikia drąsos nugalėti drovimą, rasti tinkamą žmogų ir žodžius.
- Bet žinok, kad reikia sakyti tol, kol tavimi patikės.
- Netylėk!





## KAIP APSISAUGOTI NUO SMURTO? AR GALIMA PAČIAM APSISAUGOTI?

Dažniausiai vaikas nėra pajėgus pats sustabdyti smurtaujančią suaugusįjį, ypač jei smurtauja patys artimiausi žmonės – mama ar tėtis, globėjai ar tokie žmonės, nuo kurių vaikas priklauso – mokytojas, treneris, auklė ir pan. Juos gali sustabdyti tik kiti suaugusieji.

Tačiau yra situacijų, kai vaikas patenka į pavojingas situacijas ar į smurtautojų paspėstus spąstus, ir nuo to, kaip jis pasielgia, priklauso, ar jis išliks saugus.

### KAD IŠLIKTUM SAUGUS, LABAI SVARBU:

- *pasitikėti savimi – teigiamai apie save mąstyti, žinoti savo stiprybes ir stengtis įveikti silpnybes;*
- *gerbti save – niekam neleisti savęs žeminti, pabrėžti savo vertę;*
- *pasakyti „Ne“, kai gauni pavojingą ar tau nepriimtina pasiūlymą;*
- *bendrauti ir bendradarbiauti: spręsti konfliktus be smurto, paprašyti pagalbos, pasitarti;*
- *pasirinkti draugus, kuriais gali pasitikėti, kurie neįtrauks tavęs į pavojingą veiklą, nevers tavęs paklusti;*
- *iš anksto įvertinti pavojingas situacijas. Dažniau nukenčia ne tik silpniesni, nepasitikintys savimi vaikai, bet ir drąsuoliai, pervertinantys savo jėgas arba nesugebantys realiai įvertinti situacijos. Pavyzdžiui, apsvaigę nuo alkoholio ar narkotikų žmonės būna ypač pavojingi dėl neprognozuojamo elgesio. Kompanijose, kai vartojami svaigalai, visada didesnė prievartos rizika.*



*Motiejus. Kas atsitiko po to, kai jis susimušė mokykloje? Jis dabar namie. Jis neina į mokyklą. Nežino, kaip grįžti. Visi dabar galvoja, kad jis koks nors monstras. Direktorė sakė, kad jau geriau jis negrįžtų, nes vaikai ir mokytojai bijo jo pykčio priepuolio. Dabar jie bijo, o kai kelerius metus iš jo tyčiojosi, kai kelerius metus jis sakė tėvams, kad daugiau nebegali išverti, tai niekas netikėjo, niekam jis nerūpėjo. Motiejus vis dar piktas ir labai išsigandęs. Jo tėvai, atrodo, suprato, kad Motiejui buvo labai nelengva ir kad jam tikrai reikėjo pagalbos. Dabar jis nenori nieko, jis nenori eiti pas jokią psichologą, dabar jis pats turi su viskuo susitvarkyti. Dabar taip sunku bus patikėti, kad kas nors gali padėti...*

### KAŲ DARYTI, JEI KAS NORS TAU DARO TAI, KAS TAU NEPATINKA?

- Jei tave kviečia nepažįstamas žmogus kur nors eiti – paklausyti muzikos, pažiūrėti nuotraukų, susipažinti artimiau – mandagiai atsisakyk.
- Jei nepažįstamas žmogus siūlo tau fotografuotis, filmuotis, darbą ar pan. – mandagiai atsisakyk.
- Jei nepažįstamas žmogus sako, kad tavo mama pateko į ligoninę ir jis tave nuveš pas ją – nevažiuok, informuok kitus suaugusiuosius – mokytojus, kaimynus, draugų tėvus.
- Jei nepažįstamas žmogus prašo tavęs pagalbos (pavyzdžiui, „paieškoti dingusio šuniuko“) – mandagiai atsisakyk.
- Jei kas nors priekabiauja gatvėje – bandyk pasitraukti iš tos situacijos, prieik prie kitų žmonių, įeik į parduotuvę; pajudink stovinčius automobilius, kad įsijungtų jų signalizacija, suk elk triukšmą, kad atkreiptum aplinkinių dėmesį.
- Jei kas nors tempiasi tave į automobilį ar į laiptinę, garsiai rėk: „Aš jo nepažįstu!“ ir „Gelbėkit!“.
- Garsiai šaukis pagalbos.
- Būtinai papasakok apie šį įvykį tėvams ar globėjams.

*Vaidas. Kas atsitiko, kai sužinojome, kas sulaužė jam ranką. Dabar jis gyvena tik su mama. Jie gyvena Smurtą patyrusių šeimų centre. Vaido tėtis šiuo metu gyvena vienas ir gydosi, jis mokosi valdyti savo pyktį. Tai tokie specialūs kursai žmonėms, kurie supykę nesivaldo. Vaidas vis dar liūdnas ir vis dar piktas. Tik truputį piktas. Jis buvo labai išsigandęs, kad tėtį galėjo pasodinti į kalėjimą dėl to, ką Vaidas pasakė, ir kad tėtis niekada gyvenime nežvejos kartu. Bet socialinė pedagogė sakė, kad tėtis skambino ir ateis susitikti su Vaidu ir mama. Socialinė pedagogė tvirtino, kad viskas bus gerai, kad jie vėl bus kartu, tik dar reikės palaukti, kol tėtis pasveiks.*

### KĄ DARYTI, JEI NAMUOSE SMURTAUJAMA?

- Jei tavo namuose smurtaujama – laikykis nuošalyje. Išėik iš kambario, kuriame smurtaujama. Tave gali sužeisti, jei bandysi įsikišti. Eik pas kaimynus ar draugus, kur jautiesi saugus.
- Kviesk pagalbą. Gali tekti skambinti Greitajai medicinos pagalbai ar policijai, ar kaimynams.
- Nekaltink savęs – vaikai negali apginti suaugusiųjų ar sustabdyti smurtaujančią tėtį ar mamą. Kad ir ką suaugusieji sakytų, ne dėl vaikų kaltės jie smurtauja.
- Susirask būdus, kaip geriau pasijausti – nueik pas draugus, pasiklausyk muzikos, piešk, įsitrauk į kokį nors būrelį, tu turi teisę augti ir savimi pasitikėti.
- Siek pagalbos – draugai, mokytojai, mokyklos psichologė ar socialinė pedagogė gali padėti. Pasikalbėk, nelaikyk visko savyje. Net ir paprastas pokalbis padeda pasijausti geriau.
- Nesivelk į muštynes. Kad ir kaip yra pikta, pasistenk kitaip išreikšti savo pyktį, nesimušk su seserimis, broliais ar draugais.
- Stebėk savo elgesį. Neturi būti toks pats žiaurus kaip smurtaujantys tavo artimieji, gali išmokti kitaip išreikšti jausmus ir kontroliuoti savo elgesį. Sustok laiku, kad neskriaustum kity, ypač jaunesnių.





*Giedrė. Kas atsitiko Giedrei, kai ji papasakojo apie Justą? Giedrė labai nenorėjo, kad psichologė kam nors apie tai pasakytų, ypač mamai, nes mama labai supyks. Bet Giedrė taip pat nenorėjo, kad Justas nuskriaustų dar kurią nors mergaitę, nes jis ir dabar skelbiasi internete, kad jam tik 13 metų ir kad jis ieško draugės. Ir tada, kai ji pasiryžo, pasakė mamai. Mama tikrai labai supyko, bet ne ant Giedrės, o ant Justo! Jos abi nuėjo į prokuratūrą. Dabar Giedrei reikės eiti į teismą ir viską papasakoti. Labai baisu, bet jos su mama šnekasi apie viską, kartais paverkia abi, o kartais pasibara. Psichologė paaiškino, kaip bus tame teisme, ir sakė, kad eis kartu. Kaip nors...*



### KAIP ELGTIS, KAD LIKTUM SAUGUS NAUDODAMASIS INTERNETU?

*Internetas suteikia labai daug galimybių: ten gali rasti ko tik nori – įdomių žaidimų, naudingos informacijos, naujų draugų. Tu vis daugiau laiko praleidi naršydamas internete ir kartais net nesusimąstai, kad internetas gali būti labai pavojingas.*

*Tu niekad nežinai, kas yra kitoje virtualios erdvės pusėje – ar ten tikrai tavo bendraamžis, ieškantis smagios draugystės, naujų idėjų, norintis paplepėti, ar pavojingas pedofilas, vaikų tvirkintojas ar vaikų pardavėjas, apsimetęs tavo bendraamžiu ir tavo draugu, ieško naujų aukų.*

- *Interneto pažįstamajam be tėvų žinios niekada nesuteik asmeninės informacijos, tokios kaip namų adresas, namų telefonas, tėvų darbo telefonas.*
- *Uždaryk tinklalapį, kuriame susidūrei su informacija, kuri trikdo ir verčia nejaukiai jaustis. Pasakyk apie tai tėvams.*
- *Niekada be tėvų žinios neskirk susitikimo interneto pažįstamajam, kad ir koks geras draugas jis tau atrodytų. Pranešk tėvams apie naujas pažintis ir savo ketinimus.*
- *Niekada nekviesk į savo namus naujų pažįstamųjų, kai namie nėra suaugusiųjų.*



- *Niekada be tėvų žinios nesiųsk savo nuotraukos tam, su kuriuo susipažinai internetu.*
- *Niekada neatsakyk į keistas, seksualias žinutes, kurias tu gauni iš nepažįstamųjų ar interneto pažįstamųjų.*
- *Nebetęsk pokalbio internetu, jei jis tau darosi nemalonus – tiesiog nutrauk jį.*
- *Pasikalbėk su tėvais ir kartu nuspręskite, kiek laiko ir kokius tinklapius tu lankysi.*





## KAIP IR KUR SMURTĄ PATYRĘS VAIKAS GALI GAUTI PAGALBĄ?

Lietuvoje kiekviename mieste yra Vaiko teisių apsaugos tarnyba. Tarnybos darbuotojai gina vaiko teises ir saugo vaikus nuo smurto. Jie padeda vaikams ir padeda tėvams rasti pagalbą, kad vaikai būtų saugūs. Ten dirbantys žmonės stengiasi kuo geriau suprasti, kaip reikia padėti vaikui ir jo šeimai.

Į Vaiko teisių apsaugos tarnybą gali kreiptis pats vaikas, jo tėvai, mokytojai, psichologai, socialiniai darbuotojai, kaimynai, bet kuris žmogus, kuris sužino apie skriaudžiamą vaiką. Jei reikia, tarnybos atstovas informuoja teisėsaugą apie smurtautojo elgesį ir dalyvauja teisme, gindamas vaiko teises.

Dažnai vaikai bijo, kad jeigu jie papasakos kam nors apie smurtą, tai smurtautojas bus pasodintas į kalėjimą ir jau niekada daugiau su vaiku negalės bendrauti. Taip, kartais skriaudžiantys vaikus žmonės turi būti nubausti ar atlikti bausmę, tačiau labai dažnai tokiems žmonėms patiems reikia pagalbos, kad jie išmokytų suvaldyti pyktį ir neskriaustų vaikų.

### ATMINK!

*Kuo anksčiau mes sužinosime apie tokius žmones ir tavo patiriamą skriaudą, tuo greičiau galėsimė tau ir jiems padėti.*



**KREIPDAMASIS PAGALBOS, KO GERO, TURĖSI ĮVAIRIEMS ŽMONĖMS PAPASAKOTI, KAS TAU NUTIKO. LABAI SVARBU PAPASAKOTI, KAS ATŠITIKO IR KAIP TU JAUTEISI. BE ABEJO, TAI NĖRA MALONU IR LABAI NESINORI APIE TAI PASAKOTI. TAU PADĖS ĮVAIRŪS ŽMONĖS:**

- *Vaiko teisių tarnybos atstovas – tau ras reikiamą pagalbą.*
- *Teisėsaugos atstovas – prokuroras, advokatas, teisėjas – išsiaiškins, ar tai, kas su tavimi vyksta, yra nusikaltimas, ir nuspręs, kaip reikia pasielgti su smurtautoju.*
- *Psichologai tau padės įveikti nemalonius jausmus, išmokys geriau apie save galvoti, padės įveikti baimes ir valdyti pyktį.*
- *Socialiniai darbuotojai pasirūpins, kad tu turėtum ką valgyti, kur gyventi, padės tavo šeimai sunkiu metu.*
- *Gydytojas tau padės, jei turi sveikatos sutrikimų, pasirūpins, kad tavo žaizdos užgytų ir neskaudėtų.*
- *Tavo artimieji ir draugai pabus kartu su tavimi, kai tau sunku, palaikys ir parems, kad tu nepalūžtum ir gautum visą reikiamą pagalbą.*

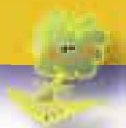
## **KUR VISUS TUOS ŽMONES RASTI?**

*Kreipkis į artimiausius, kuriais pasitiki, – mamą, tėtį, močiutę, mokyklos psichologą, mokyklos socialinį darbuotoją, auklėtoją, policininką. Jie nukreips ir padės.*

**IR NEPAMIRŠK!  
TU TURI IR GALI BŪTI SAUGUS.**



# KUR KREIPTIS PATYRUS PRIEVARTĄ



## VAIKO TEISIŲ APSAUGOS TARNYBOS

Veikia kiekviename mieste

Adresas Vilniuje: Konstitucijos pr. 3, Vilnius

Visų Vaiko teisių apsaugos tarnybų sąrašą galima rasti  
interneto puslapyje: [www.socmin.lt](http://www.socmin.lt)



## POLICIJA

Tel. 02 arba 112

## VAIKO TEISIŲ APSAUGOS KONTROLIERIAUS ĮSTAIGA

Subačiaus g. 5, Vilnius

Tel./faksas (8 5) 210 7175

El. paštas [vaikams@lrs.lt](mailto:vaikams@lrs.lt)

Interneto adresas [www.vaikams.lrs.lt](http://www.vaikams.lrs.lt)

## PEDAGOGINĖS PSICHOLOGINĖS TARNYBOS

Veikia kiekviename mieste

Adresas Vilniuje: Vivulskio g. 2/7

Tel. (8 5) 2650 908



### PARAMOS VAIKAMS CENTRAS

Latvių g. 19A, Vilnius  
Tel. (8 5) 271 5980; mob. tel. 8611 43567  
El. paštas [pvc@pvc.lt](mailto:pvc@pvc.lt)  
Interneto adresas [www.pvc.lt](http://www.pvc.lt)

### VŠĮ „VAIKO NAMAS“

Žemaitės g. 21-203, Vilnius  
Tel. (8 5) 233 8396; mob. tel. 8604 00920  
Interneto adresas [www.children.lt](http://www.children.lt)

### RUL VAIKO RAIDOS CENTRAS

Vytauto g. 15, Vilnius  
Registratūros tel. (8 5) 2731 422  
Krizių intervencijos skyriaus tel. (8 5) 2757 564  
Interneto adresas [www.raida.lt](http://www.raida.lt)

### SAUGAUS VAIKO CENTRAS

Giedraičių g. 8, Kaunas  
Tel. (8 37) 332 410  
El. paštas [svcentras@takas.lt](mailto:svcentras@takas.lt)  
Interneto adresas [www.saugus-vaikas.lt](http://www.saugus-vaikas.lt)

Psichologinės pagalbos telefonas VAIKŲ LINIJA

8 800 1111

Psichologinės pagalbos telefonas JAUNIMO LINIJA

8 800 28888





## REKOMENDUOTINA LITERATŪRA

1. Arlauskaitė Ž. *Tikra knygelė apie skriaudą. I dalis. Suaugusiesiems*. Vilnius: Polium, 1998.
2. Beane A. L. *The Bully Free Classroom*. Minneapolis: Fee Spirit Publishing, 1999.
3. Coman C. *What Jamie Saw*. New York: Puffin Books, 1995.
4. *Draugo laiškai*. Vilnius: Heksagrama. 2004.
5. Girard L. W. *Who is a Stranger and What Should I Do?* Morton Grove: Albert Whitman & Company, 1985.
6. Gutman B. *Be Aware of Danger*. New York: Twenty-First Century Books, 1996.
7. Herrerias K. *Apie prievartą vaikams ir paaugliams*. Vilnius: RUL Vaiko raidos centras, 2002.
8. Hyde J., Hulse T. *Child Survival Skills: How to Detect and Avoid Dangerous People*. Oakhurst: Bentle Books, 2004.
9. Kasperavičiūtė E. *Kitos spalvos saulė*. Vilnius: Vaiko namas, 2003.
10. Keller-Hamela M. *Aš einu į teismą*. Vilnius: Paramos vaikams centras, 2006.
11. Kurienė A., Pivorienė R. V. *Būkime atidūs – vaikų ištiko bėda*. Vilnius: SOS vaikų kaimų Lietuvos draugija, 2000.



12. Levickaitė K., Stankutė A. *Apie dramblius... Vadovas merginoms po jausmų pasaulį*. Vilnius: AIDS centras, 2005.
13. McCord P. *Picture in the Dark*. New York: Bloomsbury, 2004.
14. Mufson S., Kranz R. *Straight Talk About Child Abuse*. New York: Facts on File, 1991.
15. Povilaitis R., Valiukevičiūtė J. *Apie priekabiavimą*. Vilnius: Vaikų linija.
16. Staudinger U. *Neliesk manęs: Kaip atpažinti seksualines priekabas ir joms priešintis*. Kaunas: Šviesa, 2003.
17. Šikaitė V. *Tikra knygelė apie skriaudą. II dalis. Vaikams*. Vilnius: Polium, 1998.
18. Wooden K. *Child Lures: What Every Parent and Child Should Know About Preventing Sexual Abuse and Abduction*. Arlington: The Summit Publishing Group, 1995.

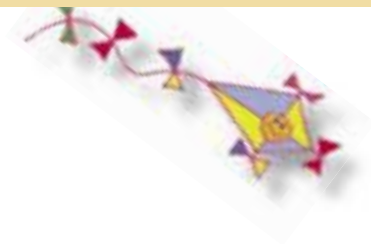
## INTERNETINĖS NUORODOS



1. Paramos vaikams centras: [www.pvc.lt](http://www.pvc.lt)
2. Vilniaus Vaikų linija: [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt)
3. VšĮ „Vaiko namas“: [www.children.lt](http://www.children.lt)
4. Jaunimo psichologinės paramos centras: [www.jppc.lt](http://www.jppc.lt)
5. Saugaus vaiko centras: [www.saugus-vaikas.lt](http://www.saugus-vaikas.lt)







Aušra Kurienė

**KĄ KIEKVIENAS VAIKAS  
TURI ŽINOTI APIE  
SMURTĄ  
IR KAIP IŠLIKTI SAUGIAM**

*Meninis apipavidalinimas Romo Dubonio  
Dailininkė-maketuotoja Dalė Dubonienė*

2007-03-01. Tiražas 10 000 egz. Užs.  
Išleido Švietimo ir mokslo ministerijos  
Švietimo aprūpinimo centras,  
Geležinio Vilko g. 12,  
LT-01112 Vilnius  
Spausdino UAB „Sapnų sala“,  
S. Moniuškos g. 21,  
LT-08113 Vilnius

