

Žydrė Arlauskaitė

# GALIŲ PADĖTI SAVO VAIKUI



*Knygelė tėvams apie smurtą prieš vaikus*



Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerija



Specialiosios  
pedagogikos  
ir psichologijos  
centras

Žydrė Arlauskaitė

# GALIU PADETI SAVO VAIKUI

*Knygelė tėvams apie smurtą prieš vaikus*

---



SVIETIMO APRŪPINIMO CENTRAS

VILNIUS 2007

UDK 364-053.2(474.5)

Ar-132

Recenzavo doc. dr. *Laima Bulotaitė*

ISBN 978-9986-03-607-4

## *Turinys*

---

- Įvadas / 4
- Kas yra smurtas? / 6
- Kokios yra smurto prieš vaikus rūšys? / 6
- Kas gali būti smurto auka? / 16
- Kas gali būti skriaudėjas? / 19
- Smurtinio vaikų elgesio apraiškos / 23
- Kaip patiriamas smurtas veikia tolesnę  
vaiko psichologinę raidą? / 28
- Kaip atpažinti smurtą patiriantį vaiką? / 30
- Kaip elgtis tėvams, kai jų vaikas patiria prievartą? / 33
- Jei jūsų vaikas papasakojo, kad patyrė smurtą? / 36
- Kodėl vaikai nepasakoja apie tai, kad patiria smurtą? / 38
- Ar reikia padėti smurtautojams ir kaip? / 41
- Jei jūsų vaikas yra smurtautojas / 43
- Kokia yra sisteminės pagalbos prasmė ir svarba? / 44
- Pabaigos žodis / 45
- Kur kreiptis patyrus prievartą / 46
- Rekomenduotina literatūra / 47



Smurto, agresijos tema Lietuvoje jau senokai, deja, nėra naujiena. Antrokas užsipulė bendraklasį; keturiolikmečiai padegė gulintį kaimyną; aštuntokė mergaitė nusižudė, nes iš jos tyčiojosi trys bendraklasės ir viena septintokė; motina nužudė dukrą ir išėjo į vaistinę; į ligoninę paguldyti fiziškai išsekę trys mažamečiai vaikai, kurių girtaujantys tėvai nesirodo namie jau savaitę ir t. t. Galite atsiversti kad ir šios dienos laikraštį ir ten perskaitysite dar vieną istoriją apie smurtą prieš vaiką.

Skaudžios, liūdnos, gąsdinančios istorijos...

Informacijos šia tema yra daug. Patarimų bei idėjų taip pat daug. Tačiau nustebsite sužinoję, kad nepaisant lavinos įvairaus pobūdžio informacijos, smurto prieš vaikus nemažėja, o tėvai yra tiesiog sutrikę. Kodėl taip yra?

### Priežastys labai įvairios:

- tėvai nežino psichologinių vaiko poreikių;
- suaugusieji nemoka atpažinti, kai jų vaikas patiria smurtą, t. y. nežino smurto požymių;
- klaidingai manoma, jog tėvystės ir motinystės įgūdžiai yra tiesiog įgimti ir šiuo atžvilgiu jų nėra reikalo lavinti;
- smurto problemą bandoma sušvelninti, nesureikšminti: pamanyk, baisus čia daiktas; nieko baisaus, jeigu vaikas ir gauna truputį į kailį; tegul pats išmoksta apsiginti, o ne kaip kokia „boba“ verkia; juk iš kiekvieno vaiko pasišaipoma, kas čia tokio? ir t. t.;
- tėvai įsivaizduoja, jog vaikas yra jų nuosavybė ir su savo vaiku jie gali daryti ką nori;
- klaidingai įsivaizduojama, kad tėvai arba vaikai negali būti agresyvūs ir žiaurūs;
- tėvai yra abejingi, ignoruoja smurto apraiškas;
- tėvai nesuvokia savo atsakomybės už tai, kad smurtas vyksta arba tęsiasi (ypač šeimoje, bet dažnai ir mokykloje).



Tačiau svarbiausia – tėvai paprasčiausiai nesuvokia savo galimybių. Jie nežino ar netiki, kad jie ir yra tie žmonės, kurie daugiausiai gali padėti savo vaikui.

Šioje knygelėje rasite ne tik aprašytas smurto rūšis, bet ir tai, kaip *jūs patys* galite pamatyti ir atpažinti, kad prieš jūsų vaiką naudojamas smurtas. Supažindinsime, kokie žmonės smurtauja ir kokie gali jį patirti, pakalbėsime, kokius jėgos principo „Kas silpnėnis – tas kvailys“ veiksmus naudoja vaikai, patarsime, ką jums daryti, jei jūsų vaikas patyrė prievartą, ir kur jums kreiptis. Taip pat sužinosite, kad profesionalią pagalbą **PRIVALO** gauti tiek auka, tiek smurtautojas. Netikėta? Smurtautojas?! Argi nereikia jo nubausti ir izoliuoti? Bet psichologiškai sveikas vaikas ar suaugusysis yra pajėgus bendrauti nežemindamas, nemušdamas ir kitaip nenaudodamas savo pranašumo prieš kitą. Jei vaikas ar suaugęs asmuo taiko jėgos principą siekdamas kitą pažeminti, vadinasi, kad tik taip sugeba pakelti savo vertę; jei rėkia ir muša, kad įrodytų savo teisybę – akivaizdu, kad žmogus turi psichologinių problemų, kurios neišnyks savaime. Vadinasi, smurtautojui irgi reikia pagalbos.

Kartais smurtautojas gali būti jums labai artimas žmogus. Kaip pasielgti tada? Ką pasirinkti – vaiką ar smurtautoją? Tai yra gana dažna dilema šeimoje, nes, kaip rodo ne vienas tyrimas, atliktas Lietuvoje, pusė suaugusiųjų vaiką muša šitaip neva auklėdami ir drausmindami jį. Tų tėvų norai – ne sužaloti vaiką, o tik „išauginti gerą ir padorų pilietį“. Gal perskaitę šią knygelę nepabijosite atvykti pas specialistą pasitarti – ką gi man daryti su savo vyru ar žmona, kurie naudoja smurtą prieš vaiką. O gal jūs patys paklausite savęs: kas atsitiko su manimi, kad negaliu susišnekėti su savo vaiku nerėkdamas arba negrasindamas mušti. Ir jei nežinote ką daryti, tai nereiškia, kad jūs esate blogas tėvas ar motina. Tiesiog jūs esate sutrikę ir jums reikia pasitarti su specialistais. Apie tai irgi sužinosite čia.

O svarbiausia – šioje knygelėje aptarsime, kaip jūs, tėvai, galite savo vaiko gyvenimą padaryti saugesnį ir šviesesnį.

**SĖKMĖS JUMS!**



## *Kas yra smurtas?*



Smurtas, paprastai tariant, yra tada, kai stipresnysis silpnesniojo atžvilgiu rodo savo pranašumą.

Smurtas prieš vaiką yra bet koks fizinis bei emocinis jo įskaudinimas, seksualinė jo prievarta, nesirūpinimas vaiku, galintis sukelti ligą. Vaikas, būdamas smurto šeimoje liudininku, tampa smurto auka, tai yra turi tokių pačių simptomų, kaip ir smurtą patyręs vaikas. Taigi, jei tėvas muša motiną, vaikas laikomas smurto auka. Jei motina geria, išgėrusi daug indus namuose, grasina, kad nusižudys, paskui apsvemia ir nukrenta be sąmonės miegoti, tokiu savo elgesiu ji gąsdina ir traumuoja vaikus, vadinasi, vaikai patiria psichologinį smurtą. Jei tėvas terorizuoja motiną, sakydamas „Ko iš vaikų norėti – motina nenormali, tai ir vaikai tokie patys“, vaikai tai girdėdami patiria smurtą.

## *Kokios yra smurto prieš vaikus rūšys?*

Smurtas prieš vaikus yra skiriamas į keturias rūšis:

- fizinis smurtas;
- psichologinis, arba emocinis, smurtas;
- seksualinis smurtas;
- nesirūpinimas vaiku arba vaiko apleistumas.

Panagrinėsime kiekvieną iš jų atskirai.

### *Fizinis smurtas*

*Tai veiksmai, kai tyčia žalojamas vaiko kūnas, tai gali sukelti sveikatos ir/ar raidos sutrikimus.*





**Šie požymiai** gali rodyti, kad vaikas patiria fizinį smurtą:  
*fiziniai požymiai:*

- mėlynės;
- smūgių ir sužalojimų pėdsakai (krūtinės, nugaros, sėdmenų, kojų, genitalijų srityse);
- veido patinimai;
- nudegimų nuo cigarečių žymės ant padų ar delnų;
- gilūs nudegimai ant krūtinės ląstos, pečių, kojų bei kitų kūno dalių, rodantys, kad buvo naudoti įkaitinti daiktai;
- apgijusios žaizdos;
- kaulų lūžiai;
- kraujosruvos akių tinklainėje;
- netinkami sezonui drabužiai.





### *psichiniai požymiai:*

- agresyvumas;
- dažna nuotaikų kaita;
- prislėgtumas;
- verksmingumas;
- nerimastingumas;
- miego sutrikimai: sutrikęs miego ciklas arba nemiga, košmarai;
- valgymo sutrikimai.

### *socialiniai požymiai:*

- savivertės sumažėjimas;
- atsiribojimas nuo žmonių, užsisklendimas.

### *elgesys:*

- staigios ir neapgalvotos reakcijos (pavyzdžiui, supykęs pradeda rėkti ar trenkia knygą žemėn);
- probleminis elgesys (pavyzdžiui, pradeda vogti, išgėrinėti, sąmoningai laužyti taisykles).

### *su mokykla susiję požymiai:*

- nenoras eiti į mokyklą;
- atsiribojimas nuo bendraamžių;
- ryškiai suprastėję mokymosi rezultatai;
- netinkamas elgesys klasėje.

### *su namais susiję požymiai:*

- baimė grįžti namo;
- užsisklendimas nuo šeimos narių;
- brolių, seserų, gyvūnų mušimas;
- daiktų gadinimas.

Jei jaunesniam kaip dvejų metų vaikui yra lūžę kaulai, matomos kraujosruvos akių tinklainėje, vaikas galėjo būti stipriai kratomas, mėtomas arba mušamas.



Kaip jau minėta, dažniausiai sužeidimai ar sužalojimai gali būti nepastebimi išorėje. Tai gali būti dėl įvairių priežasčių:

- smurtautojas sąmoningai žalojo tas vaiko vietas, kurias dengia drabužiai;
- smurtautojas prigrasino auką paslėpti žaizdas;
- vaikas pats sąmoningai dengia sužeidimus ar sužalojimus dėl to, kad bijo, jaučia gėdą, kaltę, nerimą ar nežinią.

### *Psichologinis, arba emocinis, smurtas*

Tai toks elgesys, nuostata, tokių psichologinių situacijų sukūrimas, kurios nuolat:

- nukreiptos prieš vaiką;
- žaloja ar trikdo psichinę ar fizinę vaiko raidą.

**Šie požymiai** gali rodyti, kad vaikas patiria psichologinį smurtą:  
*emociniai požymiai:*

- baimingumas;
- melavimas, nuotaikų svyravimai;
- miego sutrikimai: nemiga, košmarai;
- depresija;
- dažnas verkimas;
- valgymo sutrikimai: persivalgymas arba badavimas.

*fiziniai požymiai:*

- psichosomatiniai sutrikimai, pavyzdžiui, galvos arba pilvo skausmai;
- nevalingas šlapinimasis ar tuštinimasis;
- neigiama kūno kalba (susigūžęs, slenka pakampiais, stengiasi būti nepastebėtas);
- atsiradę nervingi įpročiai arba tikai;
- kalbos sutrikimai.



### *socialiniai požymiai:*

- savivertės sumažėjimas;
- vengimas bendrauti su draugais ar kitais svarbiais žmonėmis.

### *elgesys:*

- staigios ir neapgalvotos reakcijos (pavyzdžiui, supykęs pradeda rėkti ar trenkia knygą žemėn);
- probleminis elgesys (pavyzdžiui, pradeda vogti, išgėrinėti, sąmoningai laužyti taisykles).

### *su mokykla susiję požymiai:*

- nenoras eiti į mokyklą;
- vengimas bendrauti su bendraamžiais;
- pamokų praleidinėjimas;
- netinkamas elgesys;
- suprastėję mokymosi pasiekimai arba sumažėjusios pastangos mokytis.

### *su namais susiję požymiai:*

- nenoras išeiti iš namų;
- neįprasti prašymai: pavyzdžiui, duoti daugiau pinigų ar pan.;
- užsisklendimas nuo kitų šeimos narių;
- patyčios iš tėvų ir/ar brolių, seserų.

### *su bendruomene susiję požymiai:*

- nenoras būti bendruomenėje arba dalyvauti socialinėje veikloje.

## *Seksualinis smurtas*

Tai vaikų ar paauglių įtraukimas į seksualinę veiklą, kurios jie ne visai supranta, į kurią nesugeba tinkamai reaguoti, kai tvirkintojas siekia lytinio pasitenkinimo ar/ir pelno.



**Požymiai**, kurie rodo, kad vaikas patiria seksualinį smurtą:

*fiziniai požymiai:*

- mergaitės nėštumas;
- lytiškai plintančios ligos;
- patinimai;
- mėlynės;
- kraujavimas iš išorinių lytinių organų;
- skausmas šlapinantis, sėdint ar vaikstant;
- lėtiniai šlapimo takų uždegimai;
- žaizdos ant lūpų;
- šlapinimasis į lovą;
- sutrikęs apetitas;
- somatiniai negalavimai: galvos, pilvo skausmai.

*psichiniai požymiai:*

- depresija, liūdesys;
- išgąstis;
- miego sutrikimai: košmarai;
- pyktis, greitas susierzinimas, nervingumas;
- verkimas be jokios priežasties;
- savęs žalojimas;
- bandymai žudyti.

*socialiniai požymiai:*

- didesnis nei įprastai uždarumas;
- nepasitikėjimas kitais;
- savivertės sumažėjimas.

*elgesys:*

- seksualiai viliojantis elgesys;
- vaiko amžiui nebūdingos seksualinės žinios;
- dažni seksualiniai žaidimai;
- viešose vietose liečia arba trina į kitus objektus savo genitalijas;



- perdėtas paklusnumas;
- prisilietimų baimė.

*su mokykla susiję požymiai:*

- nuolatos įsivelia į muštynes;
- nedaro namų darbų;
- suprastėję mokymosi pasiekimai arba sumažėjusios pastangos mokytis;
- perdėtai ištraukia į mokyklinę veiklą;
- bėga iš pamokų.

*su namais susiję požymiai:*

- prisilietimų baimė;
- priešiškus ir pyktis;
- izoliavimasis nuo kitų šeimos narių;
- bėgimai iš namų;
- vogimas;
- melavimas.

Seksualinę prievartą labai sunku pastebėti (nes ji labai stipriai slepiama). Seksualinė prievarta nepaprastai stipriai sutrikdo asmenybės raidą. Dažniausiai seksualinę prievartą vaikas patiria iš artimiausių arba gerai pažįstamų žmonių, todėl šios prievartos galime tiesiog nepamatyti dėl psichologinio neigimo mechanizmų: negali būti, kad brolis ar močiutė gali tvirkinti vaiką! Deja, tai gali būti tiesa.



## Nesirūpinimas vaiku arba vaiko apleistumas

Tai ilgalaikės situacijos, kai tėvai arba globėjai nepatenkina pagrindinių vaiko fizinių ir emocinių poreikių, dėl ko kyla grėsmė visavertei vaiko raidai.

**Požymiai**, kurie rodo, kad vaikas yra apleistas arba juo nesirūpinama:

### *fiziniai požymiai:*

- fiziškai silpniau išsivystęs nei kiti to paties amžiaus vaikai;
- mieguistas dėl nuolatinio miego stygiaus;
- netinkami sezonui drabužiai;
- nešvarus, netvarkingai apsirengęs;
- nuolatos alkanas;
- dažnai serga odos, plaučių, virškinimo sistemos ligomis;
- fiziškai išsekęs.

### *psichiniai požymiai:*

- nuolat pavargęs;
- baugštus arba, atvirkščiai, agresyvus;
- sunkiai koncentruoja dėmesį;
- sutrikusios atminties funkcijos;
- blogas suvokimas.

### *socialiniai požymiai:*

- nepasitikėjimas kitais;
- gali nustoti bendrauti su kitais bendraamžiais;
- bendrauja su vyresniais arba suaugusiais netinkamai besielgiančiais žmonėmis;
- blogas savęs vertinimas;
- socialinių įgūdžių stoka.





*elgesys:*

- vagiliauja;
- staigios ir neapgalvotos reakcijos (pavyzdžiui, supykęs pradeda rėkti ar trenkia knygą žemėn);
- mušasi;
- turi žalingų įpročių;
- savanaudiškai naudojasi kitų žmonių silpnybėmis, patiklumu, nuoširdumu ir t. t.

*su mokykla susiję požymiai:*

- turi skurdų arba specifinį žodyną;
- meluoja;
- neturi mokymosi įgūdžių;
- neįsigyja mokymosi priemonių;
- nuolat neatsineša mokymosi priemonių.



*su namais susiję požymiai:*

- nenori grįžti į namus;
- bijo grįžti į namus;
- demonstruoja perdėtą paklusnumą;
- stengiasi atsiriboti nuo šeimos;
- bėga iš namų.

Labai dažnai vaikas patiria bent keletą smurto rūšių. Pavyzdžiui, jei vaikas buvo sumuštas, tai, be abejonės, patyrė ir psichologinį smurtą. Jei šeimoje vaiku nesirūpinama, vaikas yra apleistas, vadinasi, jis patiria ir psichologinį smurtą. Jei vaikas buvo seksualiai išnaudotas, jis galėjo patirti ir fizinį smurtą ir, be jokios abejonės, patyrė psichologinį smurtą. Taigi, iš šalies situacija gali atrodyti nesudėtinga, bet ji gali labai stipriai paveikti vaiko psichiką ir sutrikdyti tolesnę jo raidą.

Reikėtų nepamiršti, kad tik pagal požymius ar elgesio pokyčius nėra labai lengva nustatyti, kokią prievartą patyrė vaikas. Turbūt pastebėjote, kad tiek fizinis, tiek psichologinis, seksualinis smurtas ar nesirūpinimas vaiku palieka vaikui kompleksinį žalojamąjį poveikį. Atpažinti, koks konkrečiai buvo žalojantis įvykis, kada tai vyko, jums gali būti išties sunku. Tad jūsų kaip tėvų uždavinys būtų tiesiog žinoti, kad smurtas palieka žymes ir jas pastebėti. O jau tada – nebijoti pasitarti su specialistais.





## Kas gali būti smurto auka?

Beveik kiekvienas vaikas gali tapti auka. Ir jūs turbūt turite draugų ar pažįstamų, kurių vaikai buvo sumušti, iš kurių buvo atimti telefonai, kurie buvo reketuojami, iš kurių klasėje arba kieme buvo tyčiojami. Galbūt pažįstate vaikus, kurių tėvai baudžia juos fizinėmis bausmėmis, nors vaikai atrodo niekuo neišsiskiriantys. O gal prievartą patyrė ir jūsų vaikas. Tada jūs susimąstėte: kodėl gi būtent mano vaikui taip atsitiko? Kaip minėjau, smurto auka gali tapti bet kuris vaikas, bet yra grupės vaikų, į kurias turėtume dažniau atkreipti dėmesį, nes jie kur kas dažniau patiria smurtą.

### Prie padidėjusios rizikos grupės vaikų galime priskirti:

- vaikus, turinčius psichinę negalią;
- vaikus, turinčius fizinę negalią;
- alkoholikų vaikus;
- narkomanų, toksikomanų vaikus;
- skurdžiai gyvenančių šeimų vaikus;
- vaikus, kurių tėvai turi psichinę negalią;
- institucijų globojamus vaikus;
- menką išsilavinimą turinčių tėvų vaikus;
- nepilnamečių tėvų vaikus;
- socialiai izoliuotų šeimų vaikus;
- emigrantų vaikus;
- vaikus, turinčius ryškių išorinių išskirtinių bruožų, pavyzdžiui, rudaplaukius, strazdanotus, sergančius odos ligomis (pavyzdžiui, psoriaze), labai storus, labai liesus ir pan.;
- išvykusių uždarbiauti į užsienį tėvų paliktus pas senelius, kitus gimines ar pažįstamus vaikus. (Šiandien tai yra nauja ir labai jautri grupė vaikų, kurie dažnai tampa arba aukomis, arba smurtautojais. Skaudžiausia yra tai, kad tėvai to net ir



nežino, nes jų tiesiog nėra namie. Matyt, širdies gilumoje šių vaikų tėvai irgi jaučia, kad palikti vaikai patiria traumą. Bėda yra tai, kad trauma sukelia skirtingas ir skaudžias reakcijas, o gijimas gali būti labai sunkus).

Galbūt jūsų vaikas nepriklauso šiam sąrašui ir jūs pasakysite sau: na, mums tai negresia ir mūsų tai neliečia. Noriu paprieštarauti: prieš akis man iškyła vaikinai, kuris ilgai bandė atsigausti nuo kaltės, pažeminimo, gėdos jausmo ir panikos priepuolių po to, kai parke žiauriai buvo išprievartauta jo sesuo. Vakare jau sutemus vaikinai ėjo namo keliu pro parką. Eidamas išgirdo kažkur toliau parke merginos riksmą, jis suprato, kad mergina pakliuvo į bėdą, bet pagalvojo, kad jo tai neliečia, ir nuskubėjo namo. Tik vėlai naktį šeima gavo žinią apie dukrą, kuri buvo žiauriai prievartaujama ir šaukėsi pagalbos kaip tik tuo metu, kai brolis skubėjo namo. Nelengva buvo grįžti į gyvenimą ne tik merginai, bet ir jos broliui. Dar ilgai po to įvykio jis kartojo: „Jei tik aš būčiau žinojęs, kad ten buvo mano sesuo...“

Tai priminimas ir skatinimas domėtis aplinkiniais ir būti aktyviais gyvenimo dalyviais. Pamatykite eidami gatve arba važiuodami autobusu skriaudžiamą vaiką ir pagelbėkite jam, nes gali būti, kad ir jūsų vaikui prireiks aplinkinių pagalbos. Kita vertus, jei jūs sureaguosite į smurtą, jūsų vaikas pamatys, kad smurtas yra netoleruojamas visuomenėje.

Grįžtant prie minėtos rizikos grupės vaikų, norėčiau išskirti alkoholikų, narkomanų, toksikomanų vaikus, nes jie patiria nuolatinį smurtą savo šeimose. Kalbu ne tik apie amžiną baimę, nerimą, kaltės, gėdos, nevisavertiškumo jausmus, sukeliamus tėvų, paveiktų alkoholio ar kitokių cheminių medžiagų, veiksmus, bet ir apie vykstantį fizinį bei seksualinį smurtą.

Fizinę, psichologinę prievartą šeimose patiria ir nepilnamečių tėvų vaikai, socialiai izoliuoti bei skurdžiai gyvenančių šeimų vaikai. Tokie tėvai patiria didelį stresą ir dažnai vienintelis jiems žinomas būdas stresą sumažinti yra agresija prieš vaiką. Be to, didelis keblumas yra tai, kad tokios šeimos gali būti gerokai atsiribojusios arba atribotos nuo visuo-



menės, todėl vaikas gali patirti smurtą, bet dėl tos pačios atsiribojimo priežasties nesulaukti jokios pagalbos.

Yra dar keletas sunkumų, atpažįstant smurto auką. Kartais žiūrėdami į vaiką pagalvojame, kad tai jis pats yra smurtautojas, bet jau tikrai ne auka. Taip yra todėl, kad kai kurie vaikai, prieš kuriuos smurtaujama (pagal australų duomenis net pusė patiriančiųjų psichologinį smurtą) neturi reikiamų socialinių įgūdžių ir/arba patys smurtauja. Kiti atrodo taip provokuojamai, lyg tuoj pat norėtų susipešti ar patirti pažeminimą. Jie nekelia jokių simpatijų, yra nemielūs, tad smurtas jų atžvilgiu atrodo visai pelnytas. Tėvai ir mokytojai labai vangiai padeda tokiems vaikams, nes atrodo, kad jie patys „prisiprašė“ smurto. Kitas tipiškas pavyzdys yra reakcija į seksualinę prievartą patyrusias merginas. „O kas čia keisto: vaikšto visa nuoga, nereikia rodyti savo bambos, tada niekas ir nelįs“ arba „Pati kalta – ko ten trinasi su visokiais bernais, pasigėdytų žmonių.“ Turbūt girdėjote, o gal ir patys taip galvojate.

**TAČIAU TIESA YRA TOKIA,  
KAD NĖ VIENAS VAIKAS  
NENORI BŪTI SMURTO AUKA.  
VISI NORI BŪTI MYLIMI.**

Taigi, būdamas aktyvus gyvenimo dalyvis, jūs galite padėti ne tik savo, bet ir kitam skriaudžiamam vaikui.

Labai svarbu pridurti, kad vaikui sumažėja rizika tapti smurto auka, jei vaikas turi teigiamą savivertę, pasitiki savimi ir kitais, yra gerai išmokęs saugumo įgūdžių, moka elgtis konfliktinėse situacijose ir nebijo paprašyti pagalbos. Toks gali tapti ir jūsų vaikas, jei jūs jam padėsite.



## Kas gali būti skriaudėjas?

Labai dažnai klaidingai įsivaizduojama, kad smurtautojas yra asocialus, agresyvus, apsilėidęs, nemalonus žmogus. Ypač jeigu tai yra smurtas prieš vaikus. Regis, juo negali būti vadinamasis „normalus“ žmogus. Jei galvojame apie vaikus smurtautojus, tai, žinoma, pirmiausia į galvą ateina mintis apie alkoholikų, narkomanų, nusikaltėlių, asocialių tėvų, vienišos motinos arba vienišo tėvo vaikus.

Bet tai netiesa. Smurtautojais gali būti puikus šeimos tėvas, miela moteris, namie kultūringai besielgiantis jūsų vaikas, iš pirmo žvilgsnio visai rami paauglė. Be to, staiga galite suprasti, kad, patys to nenorėdami, jūs smurtaujate prieš savo vaikus. Nelabai tikėtina? Pažiūrėkite.

Konsultacijos kreipėsi mama, kuri, anot jos, negalėjo susišnekėti su savo paaugle dukra. Dukra neklauso mamos, pabėgo iš namų, o dabar bandė žudyti. „Ko gi jai dar trūksta? Aš viena ją auginu, bet ji visko turi. Dirbu per naktis, kad tik galėtume gyventi kaip visi: ir butas normalus, ir drabužių turi, kokių tik nori, naują mobilųjį telefoną. O pati namie nė piršto nepajudina. Mato, kad pareinu pavargusi, nors indus suplautų! Toks man pyktis sukyla, aš net kalbėti su ja nenoriu. Jau tada tai galiu ilgai nekalbėti, vieną sykį dvi savaites nekalbėjau, tai, žinokit, efektas buvo puikus: ir indai buvo suplauti, ir kambariai sutvarkyti, ir nenervino ji mane su savo kaprizais.“

Turbūt pažįstama situacija – vaiką arba sutuoktinį bausti tylėjimu. Kaip ir mušimas, šitas tylėjimas pykčio metu rodo motinos bejėgiškumą ir nemokėjimą spręsti situacijos. Paauglei jos dukrai tai yra tikra psichologinė prievarta, nes motinos elgesys kelia nuolatinį nerimą, kaltės, nesaugumo, menkavertiškumo jausmą. Tad ne veltui mergina bando išvengti to blogumo: ji bėga iš namų, o vėliau naudojasi kitu pasitraukimo iš situacijos būdu – žudosi. Bet mama tik nori gerai išauklėti ir išauginti dukrą, o ne prarasti ją. Atrodo, ketinimai kuo geriausi, bet akivaizdu, kad motina nežino, kaip elgtis su savo jausmais ir kokį poveikį šios priemonės turi jos dukrai.





Kitą dažną smurtavimo pavyzdį matome alkoholikų šeimoje. Šiuo atveju kalbu ne apie geriantį tėvą arba motiną, bet apie negeriantį sutuoktinį. Jei negeriantis tėvas arba negerianti motina gyvena kartu su geriančiuoju ir neskatina jo gydytis arba jam nesutikus gydytis, nesiskiria ir nepradeda gyventi atskirai su vaiku, tai tam tikra prasme negeriantis sutuoktinis pritaria šeimoje esančiam smurtui. Šiuo atveju



nesirūpinama psichologiniu ir fiziniu vaiko saugumu, vaikas ir toliau patiria nuolatinę baimę, įtampą, nesaugumo jausmą, jau nekalbant apie kaltės, gėdos, nepasitikėjimo savimi ir kitus jausmus.

Tai nėra išskirtinė situacija, Lietuvoje yra daug girtaujančių šeimų. Kai negirtaujantiems tėvams pasakau, kad tai yra ir jų atsakomybė, jog jų vaikas patiria prievartą ir jie to nenutraukia, jiems tai atrodo nesuvokiama. Ne kartą mamos ir tėčiai konsultuodamiesi yra sakę: „Kaip jūs galite taip kalbėti?! Man jau ir taip sunku, o dar jūs šitaip kaltinate! Manote, lengva gyventi su alkoholiku? Aš tiek metų kenčiu! Man širdis plyšta žiūrint į vaikus. Bet ką aš galiu padaryti, jei jis (ji) nesigydo? Vis prisizada, kad nebegers, bet tik praeina mėnuo ir vėl.“ Taigi akivaizdu, kad mama ar tėtis nežino, kaip spręsti problemą, ir nesuvokia, kad tęsdami tokį šeimos gyvenimą nepatenkina vaiko raidos poreikių.

Smurtautojas yra treneris, kuris sako vaikui: „Nagi, judėk, judėk, o tai esi visas kaip liulantis kalnas. Tėvai turi krūvą pinigų, tai nežino, kur leisti; negi iš tavęs sportininką galima padaryti. Geriau žmonių nejuokintų!“

Smurtauja mokytojai, sakydami: „Na, tai ačiū dievui, pagaliau net ir tu supratai“, „Nereikia taip ilgai su bernais vaikščioti, tai geriau pasiruoštum pamokai“, „O, žiūrėkit, kas pasirodė mokykloj, jau maniau, kad šiemet tokio gražuolio nebepamatysim“, „Aišku, vaikelį, ko iš tavęs tikėtis – nei tavo brolis ką išmoko per dešimt metų, nei tu čia išmoksi“, „Visiems, kurie gavo po dešimtuką ir devintuką, aš dėkoju, aš jus myliu ir gerbiu, su jumis noriu dirbti, o likusieji – ir ką man su jumis veikti?“, „Vaikeli vaikelį, ko tu čia stengiesi, vis tiek tavo galvelė neveikia“ ir t. t.

Regis, paprasti sakiniai. Pagalvokite, kaip jaučiasi vaikas juos gir-dėdamas? Deja, vaikas supranta, kad jis yra žioplys, mokytojo nuvertintas, nelaimingas, negabus, neįdomus ir niekam nereikalingas. Ir tai jau yra blogos savijautos sukėlimas, tolygus psichologiniam smurtui. Dar baisiau, kad dauguma tėvų arba mokytojų tiesiog sako: „O tai ką, jau net ir sakinio vaikui pasakyti negalima?“ Galima ir būtina, svarbu suprasti, koks tikslas – pažeminti vaiką ar jam suteikti žinių ir palai-kymą. Pateikti pavyzdžiai (t. y. sakiniai) tikrai nepalaiko, nesuteikia žinių, nerodo draugiškumo.



Kaip matote, labai elementarūs pavyzdžiai, apie kuriuos net nepagalvojame kaip apie smurtą prieš vaikus, tačiau poveikis ilgalaikis ir žalojantis.

Taigi smurtautojas gali būti įvairaus amžiaus, iš įvairios kultūrinės, profesinės ir socioekonominės grupės. Tai gali būti bet kas: vaikas, suaugusysis; mokslininkas, pedagogas, verslininkas, vairuotojas; moteris, vyras; lietuvis, rusas; pasiturintis, turintis vidutines pajamas ar vargšas. Vis mėginama išskirti ir sugrupuoti specifinius bruožus žmonių, galinčių naudoti smurtą. Pavyzdžiui, fizinė prievarta bei vaiko apleistumas ir nesirūpinimas būdingas žemesnėms socioekonominėms grupėms dėl streso, susijusio su skurdu, kitokių išteklių stygiaus ir pan. Taip pat yra manoma, kad seksualinė prievarta kaip tik yra labiau paplitusi tarp vidutinės bei aukštesnės socioekonominės grupės žmonių (Finkelhor, 1979).

Seksualinės prievartos atveju smurtautojo portretas yra aiškesnis. Dažniausiai prievartautojai yra vyrai, rečiau moterys. Paprastai jie yra vaikui gerai pažįstami žmonės, kuriais jis pasitiki: šeimos draugai, tėčio ar mamos kolegos, kaimynai, mokytojas, geriausios draugės tėtis, giminaičiai – patėvis, dėdė, vyresnysis brolis, močiutė ir pan.

Be abejo, visiems tėvams iškyla sunkumų auginant vaikus, daug tėvų jaučia frustraciją arba pyksta ant savo vaikų. Ir beveik kiekvienas suaugusysis gali panaudoti fizinį arba emocinį smurtą prieš savo vaiką. Tėvų naudojamą fizinį ar psichologinį smurtą prieš vaiką labai dažnai galime įvertinti kaip *pagalbos šauksmą*, o ne tiesioginį norą sužaloti savo vaiką. Turbūt kitas klausimas, *kada ir ar apskritai* tą pagalbą tėvai gaus.

Kalbant apie vaikus smurtautojus, reikia pabrėžti, kad smurtautojas gali būti pats smurtą patyręs, matantis agresijos apraiškas šeimoje, turintis didelių psichologinių problemų vaikas. Jiems pagalba yra būtina.



## *M*okykloje

Įvairūs tyrimai rodo, kad dažniausiai vaikas patiria smurtą mokykloje iš:

- bendraamžių;
- vyresnių mokinių;
- mokytojų.

2003 metais VšĮ „Vaiko namas“ ir Vilniaus miesto Baltupių vidurinės mokyklos bendruomenė atliko apklausą, kurioje dalyvavo 336 (4–12 klasių) mokiniai. Net 36 proc. mokinių nurodė, kad iš jų tyčiojasi, šaiposi arba juos užgaulioja bendraklasiai, 6,5 proc. mokinių teigė, kad bendraklasiai iš jų buvo atėmę pinigų ar kokį kitą daiktą, 13,4 proc. iš bendraklasių patyrė fizinį smurtą.

20 proc. mokinių (6–12 klasių) nurodė, kad iš jų šaiposi, tyčiojasi arba juos užgaulioja mokytojai, 12 proc. mokinių bent kartą buvo mušti mokytojų.

18 proc. mokinių nurodė, kad jiems grasino kiti mokyklos mokiniai.

Net 47 proc. mokinių prisipažino, kad jie patys užgaulioja kitus vaikus arba iš jų šaiposi, o 27,1 proc. mokinių patys yra mušę kitus vaikus.

Įdomiausia yra tai, kad smurtas buvo matomas: 97 proc. apklaustų mokinių nurodė, kad matė, kaip kiti mokiniai mušasi. Kodėl smurtas nebuvo sustabdytas? Paaiškėjo, kad 29 proc. 4–5 klasių apklaustų mokinių mano, kad visai normalu trenkti kitam per veidą, jei šis trenkė pirmas, o 31 proc. pritaria, kad galima trenkti berniukui su knyga, jei šis skaudžiai patempė mergaitei už plaukų. Taigi, akivaizdu, kad nuostata, jog smurtauti galima, jau būna suformuota labai ankstyvame amžiuje.





Kaip jau minėta, nenustatyta, kad auką smurtautojas renkasi pagal kokias nors ryškias jos savybes. Smurto auka gali tapti tiek prastai besimokantis, tiek ir labai gabus vaikas. Auka nebūtinai yra vaikas su akimiais, strazdanotas, turintis kalbos sutrikimų (pavyzdžiui, mikčiojantis), keistai ar nemadingai besirengiantis, storas, liesas, mažas ar labai ištįsęs. Ne dėl šių požymių vaikas tampa smurto auka. Dauguma tyrimų atskleidė, kad auka pasirenkamas silpnesnis, dėl to kartais ir mažesnis vaikas. Silpnesnis bylotų ne tiek fizinę, kiek psichologinę būklę: aukos turi menką savivertę ir nemoka gauti pagalbos iš vaikų ar suaugusiųjų – būtent tai trukdo joms apsiginti, išvengti sugniuždymo. Dėl patiriamos smurto tokie vaikai suserga depresija, o nesikeičiant situacijai – mėgina žudytis.

Kita išeitis, kurią pasirenka smurto aukos, yra vengimas situacijos, tai yra mokyklos nelankymas. Australijoje atlikti tyrimai parodė, kad apie 10 proc. mokinių, patiriančių patyčias, yra linkę nelankyti mokyklos. Žinodami apie mūsų visuomenėje paplitusį smurto mastą, neturime stebėtis, kad daugybė vaikų pradeda bėgti iš mokyklos. Tikrai iš šalies gali atrodyti, kad tai geresnis variantas, nei būti išjuoktam ar sumuštam. Tėvai irgi prisideda prie sprendimo – jie atsiima vaiką iš vienos mokyklos ir perkelia į kitą. Tačiau tai neišsprendžia problemos. Kaip minėjau, tai asmenybės problemos, ir vien pakeitus mokyklą vaiko savivertės lygis nepakils.

Kartais vaikai smurtauja, nes netiesiogiai yra gavę mokytojo leidimą. Jau rašyta, kokias mokytojų replikas girdi visa klasė (pavyzdžiui: „Kur buvai, mieganti gražuole, ar vieną kartą atsibusi?“, „Gal tau tikrai čia taip nuo smegenų sutrenkimo – jau dešimt minučių aiškinu, o tau vis tiek neaišku“ ir kt.). Tada vaikai patys pradeda naudotis tokiu modeliu, tik jis gali būti kur kas žiauresnis. Taip ir plinta smurtas.

### Kokią prievartą gali patirti vaikas mokykloje iš kitų vaikų?

- Tai gali būti fizinė prievarta: vaikas gali būti sumuštas vieną kartą arba nuolat mušamas; gali būti žnaibomas, pešiojamas, tampomas už plaukų, stumdomas, kai eina iš vienos klasės į kitą arba išsina per pertrauką į koridorių; gali būti stumdomas per kūno kultūros pamokas.



- Tai gali būti psichologinė prievarta: nuolatinis tyčiojimas; gali būti drabužių, kitų vaiko daiktų gadinimas; reketavimas – pinigų atiminėjimas; internetu paviešinamos asmeninės nuotraukos; įvairūs gąsdinimai, grasinimai.
- Tai gali būti seksualinė prievarta: anksčiau pradėjusių bręsti mergaičių apčiupinėjimas; nešvankios replikos ar komentarai, pornografinių nuotraukų ar žurnalų rodymas.

### Už mokyklos ribų

Dalis vaikų patiria smurtą ne tik mokykloje, bet ir už jos ribų. Tai suprantama, nes ten yra daugiau galimybių būti nepastebėtiems suaugusiųjų. Gali būti, kad mokykla turi tikrai aiškią nuostatą prieš smurto naudojimą mokykloje ir mokiniai žino, jog bus pamatyti ir nubausti už tos nuostatos laužymą. Tada smurto naudojimas perkeliamas į neutralinę teritoriją: bet kur, tik ne mokykloje. Bet jau išėjus už mokyklos kampo, vaiko laukia įtampa ir nežinia. Prisiminkite istorijas, kurias aprašė laikraščiai: dvi mergaitės nusprendė atkeršyti savo draugei, kuri neva jas apkalbėjusi, susitarė su savo draugais, vyresniais vaikinais, kad atkeršys merginai. Smurtautojams įgyvendinant sukurtą planą, mergina patyrė fizinį, psichologinį ir seksualinį smurtą. Ne mokykloje, bet ir ne kitoje planetoje. **Viskas vyko šalia mūsų. Ar buvo galima tai pamatyti ar numatyti? Gal. Kitą kartą tai gali būti jūsų vaikas. Kas jam padės? Galbūt – jūs?**

Kita vertus, dažnai mokykloje naudojamas psichologinis smurtas tęsiamas ir už mokyklos ribų. Tik čia prie bendraklasių dar prisideda kiti smurtautojai arba žiūrovai. Kaip jau minėjau, beveik visas smurto situacijas matė bendraklasiai arba kiti vaikai. Kodėl jie nieko nedarė?

**Taip jie galėjo elgtis, nes:**

- patys bijo atsidurti aukos vietoje;
- nesupranta, kad smurtas prieš kitą žmogų yra neleistas veiksmas;



- nežino, ką gali padaryti arba kaip gali padėti;
- nežino, kam pasakyti ar kur kreiptis;
- yra prigrąsdinti smurtautojų arba jų draugų.

Tėvai ir mokytojai lengvai gali pastebėti ir suprasti, kad vaikas galbūt patiria smurtą už mokyklos ribų: vaikas nenoriai eina į kiemą žaisti arba visai neina, bijo vienas eiti iš mokyklos arba į mokyklą, stengiasi užsibūti mokykloje kuo ilgiau, nors visi vaikai jau išėję (kartais tai gali rodyti, kad vaikas patiria smurtą namie ir nenori eiti namo). Tai specifiniai požymiai, signalizuojantys, kad už mokyklos ir namų ribų yra pavojinga. Nuo tada, kai atpažinote signalus, jūs jau galite padėti vaikui. Svarbiausia – būkite atviri ir jautrūs.

### Tad kokį smurtą vaikai gali patirti iš kitų vaikų už mokyklos ribų:

- tai gali būti fizinė prievarta: mušimas, stumdymas, apmėtymas įvairiais daiktais;
- psichologinė prievarta: persekiojimas, tyčiojimas, reketavimas, daiktų gadinimas, bauginimas;
- seksualinė prievarta: išprievartavimas; vertimas lytiškai santykiauti taikant psichologinį spaudimą: „Jei tu su manimi nesimylėsi, aš tave paliksiu“, „Jei tu nesimyli su manimi, vadinausi, tu manęs nemyli“, „Jei tu neisi su manimi, tai tu – gaidys“ ir t. t.; seksualinis vaikų išnaudojimas naudojantis psichologinių jų nebrandumu. Paauglystėje fizinė branda gali būti kur kas ankstesnė už psichologinę brandą, tada paaugliai demonstuoja, kad jie jau subrendę, ir tuo kiti naudojasi, sako: „Ji pati to norėjo, kodėl ji tokius aptemptus drabužius nešioja – ji mus provokavo“; „Ji pati su vienuoliktokais ėjo į tą vakarėlį, ko kito ji dar galėjo norėti“. Bet mergaitė tikrai nenorėjo būti išprievartauta. Ji tik norėjo pademonstruoti, kad jau bręsta, ir rodė savo kūno pokyčius, nes tie pokyčiai atspindi fizinę mergaitės brandą, tačiau psichologiškai ji tebėra vaikas. Tai reiškia, kad ji pati gali nesuprasti, kokį poveikį daro kitiems, be to, jai gali būti per sunku atlaikyti spaudimą.



Jau minėjau, daugiau rizikos patirti smurtą šeimoje yra vaikui, kuris gyvena su alkoholikais, narkomanais, žemą išsilavinimą bei menkas pajamas turinčiais tėvais. Tai mums atrodo kur kas įtikinamiau, nei suprasti tai, kad smurtaujama ir turtingų verslininkų, žymių menininkų, puikių kaimynų šeimose. Turima omeny ne tik smurtaujantys tėvai, bet ir vaikų smurtas prieš kitus šeimos narius. Prisimenu vieną paauglį vaikina, kurio mama turėjo psichikos sutrikimą. Mamai periodiškai tekdavo atsigulti į ligoninę. Ji labai džiaugėsi, kad abu jos sūnūs patys gali susitvarkyti, ypač vyresnysis yra labai rūpestingas ir atsakingai prižiūri brolių. Kaip vėliau išaiškėjo, būtent tuo metu, kai mama būdavo ligoninėje, vyresnysis brolis seksualiai išnaudojo jaunesnįjį.

Dažnai vaikai mato, kad smurtą naudoja jų tėvai prieš juos arba prieš kitą sutuoktinį kaip konflikto sprendimo būdą, taigi ir vaikai šitaip išmoksta spręsti konfliktą. Ir jei namie yra daugiau vaikų, toks pats modelis bus taikomas konfliktuojant su broliu ar seserimi arba mokykloje konfliktuojant su bendraklasiais arba mokytojais.

Vaikas patiria prievartą, jei brolis ar sesuo geria, pradeda vartoti narkotikus arba užsiima prostitucija. Tėvai, tai sužinoję, turi kuo greičiau apsaugoti kitus vaikus. Tai yra jų atsakomybė. Jei jie to nedaro, vadinasi, jie netiesiogiai palaiko smurtavimo idėją. Tuo tarpu vaikas yra žlugdomas, jo savivertė menkinama, negarantuojamas psichologinis ir fizinis vaiko saugumas, vaikas išgyvena jausmų – gėdos, baimės, kaltės, bejėgiškumo, liūdesio, pykčio – sumaištį. Kas atsitiks su tokiu vaiku? Jis pats pradės smurtauti – prieš kitus arba prieš save (savižudybė, ligos, tokie rizikingi užsiėmimai, kaip vagystės, važinėjimas dideliu greičiu ir pan.). Tad jei jau su vienu jūsų vaiku atsitiko bėda, jūs turite rasti jėgų ir padėti kitiems vaikams atsilaikyti.



**K**

*aip patiriamas smurtas reikia tolesnę vaiko  
psichologinę raidą?*

## LABAI STIPRIAII!

Vaikai, patyrę smurtą arba nepriežiūrą, turi emocinių, psichologinių ir raidos problemų. Smurto poveikis gali būti trumpalaikis arba ilgalaikis. Kartais poveikis yra toks stiprus, kad reikia kalbėti ne tik apie psichologinį, bet net ir fizinį poveikį: po patirto smurto vaiką gali ištikti protinė negalia, smegenų pažeidimas ar net mirtis (pavyzdžiui, nepriežiūros arba fizinio smurto atvejais). Vaikai, kurie patiria nepriežiūrą arba yra apleisti, gali turėti ryškių raidos sutrikimų arba jiems gali būti negrįžtamai pažeista psichika.

Apžvelkime emocinę, socialinę ir pažintinę sritis. Bet koks prieš vaiką panaudotas smurtas paveikia:

*emocinę sritį:*

- kelia nuolatinį pyktį;
- sukelia įvairias baimes;
- kelia nuolatinį nerimą;
- sukelia prislėgtumą, depresiją;
- padaro vaiką bejėgį.

*socialinę sritį:*

- sugniuždo vaiko pasitikėjimą savimi;
- skatina nepasitikėjimą kitais, priešišumą;
- skatina agresyvumą kitų atžvilgiu;
- skatina vaiką netinkamai elgtis;
- ilgam sutrikdo bendravimą su kitais;



- pažeidžia prigimtinių vaiko smalsumą, iniciatyvumą;
- sukelia sunkumų mokykloje.

*pažintinę sritį:*

- sutrikdo dėmesį;
- sutrikdo atmintį;
- sutrikdo suvokimą;
- veikia vaiko vaizduotę. Visa tai irgi sukelia sunkumų mokykloje.

Jei vaikui laiku nesuteikiama pagalba, minėti požymiai vargu ar išnyks. Tada tik belieka tikėtis, jog kai vaikas užaugs ir taps savarankiškas, sugebės kreiptis į psichologą ar psichoterapeutą ir galiausiai sutvarkyti vidinius sunkumus.

Liūdniausia, kad negavęs pagalbos vaikas auka turi tik du pasirinkimus: sugniužti arba gniuždyti kitus. Prievartą patyrę vaikai negali ir nemoka nuoširdžiai prisirišti prie kito žmogaus. Prievartą patyrę vaikai vėliau patys skriaudžia savo vaikus. O galbūt atsitiks taip, kad tas vaikas bus jūsų anūkas? Laiku suteikus pagalbą, padėti išgyti tokiam vaikui nėra labai sudėtinga, ir tai tikrai galite padaryti būtent jūs.



**K***aip atpažinti smurtą patiriantį vaiką?*

Smurto požymiai yra gana aiškiai matomi ir lengvai atpažistami. Dažnai tėvai ar kiti suaugusieji į juos nereaguoja arba reaguoja netinkamai, nes nesuvokia jų kilmės. Aš ne kartą stebėjausi mamomis, kurios vedžioja vaikus nuo vieno gydytojo pas kitą, pradėdamos nuo šeimos gydytojo ir keisdamos į dar tris keturis vis brangiau apmokamus konsultantus, ir nesužino ligos. Kasryt vaikas atsibudęs jaučia baises pilvo skausmus, net į mokyklą negali eiti. Vaikas lieka namie, skausmai pamažu atlėgsta. Bet tam pačiam vaikui per atostogas niekada rytais neskauda pilvo. Tik per laimingą atsitiktinumą mama pateko pas supratingą gydytoją, kuri galiausiai atsiuntė vaiką pas psichologą. Be abejo, požymiai signalizavo apie psichologinius dalykus. Vaikas buvo smurto auka ir tą prievartą jis patirdavo mokykloje. Tėvai turėtų žinoti: jei vaikas skundžiasi skausmais, sutrikimais, būtina konsultuotis pas gydytoją, bet jei gydytojas nerado ligos, verta kreiptis į psichologą ar psichoterapeutą. Negaiškite laiko ieškodami kito daktaro, greičiausiai – tai psichologinė problema.

### Šiuos požymius jūs galite pamatyti ir jie rodo, kad vaikas patiria smurtą:

- miego sutrikimai;
- apetito sutrikimai;
- agresyvumas kitiems arba sau (savęs arba kito žalojimas);
- prislėgtumas arba depresija;
- mėginimas žudyti;
- atsiradę somatiniai sutrikimai: galvos, pilvo skausmai, svai-gulys, kūno temperatūros pakilimas, alpimai, nevalingas šla-pinimasis, tuštinimasis;
- suprastėję mokymosi pasiekimai;
- keistos, neįprastos reakcijos: ranka užsidengia galvą, kai nori-te paglostyti, išsigąsta riksmo arba vaiko verksmo;

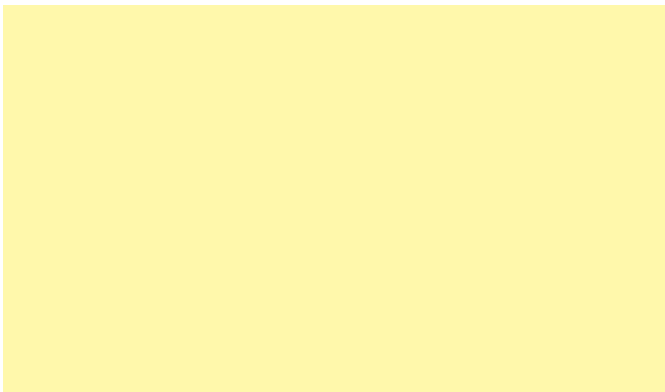


- tempia rankoves žemyn, slėpdamas supjaustytas rankas, nenusirengia ir karštą dieną drabužių, slėpdamas žaizdas ar mėlynes ant kūno;
- atsiradę tikai;
- savivertės smukimas;
- baimių atsiradimas;
- atsiribojimas, užsisklendimas nuo kitų;
- svaiginimasis, narkotinių medžiagų vartojimas;
- bėgimas iš namų;
- įsitraukimas į rizikingas veiklas: vagystės, važiavimas dideliu greičiu motociklu, motoroleriu ar sportiniu dviračiu miesto gatvėmis ir t. t.

Kai kuriuos požymius gali pastebėti ne tik tėvai, bet ir mokytojai bei mokyklos bendruomenės slaugytojos: vaikų alpimą, karščiavimą, pykinimą, pakitusį vaikų elgesį, kitų šalinimąsi, žaizdas, agresyvumą, savęs žalojimą ir kt. Taigi, tėvai gali tikėtis pagalbos iš kitų suaugusiųjų. Kalbant su mokytojais arba bendruomenės slaugytojomis, ne kartą teko išgirsti: „Aš tai jau daugiau niekur nesikišu, tegul patys tėvai rūpinasi, nes jau ne kartą tėvai mane yra apšaukę: „Ko jūs lendate ne į savo reikalus, geriau savo vaikais pasidomėkite, o ne svetimais. Mes jau patys kaip nors susitvarkysime“. Tokie žodžiai ir požiūris užkerta kelią greitai reakcijai į prievartą prieš jūsų vaiką. Kita vertus, kartais tėvai sako: „Vaikas mokykloje, tai tegul ten juo ir rūpinasi, tai mokyklos pareiga“. Šiuo atveju dėl mokyklos arba tėvų ambicijų yra aukojamas vaikas, o jie to net nepastebi. **Tad pirmiausia – reikia mokytis kalbėtis tarpusavyje. Nes prievartą gali sunaikinti tik bendros, sisteminės visų pastangos.**







K

*aip elgtis tėvams, kai jų vaikas patiria prievartą?*

1. Atpažinkite požymius.
2. Jei vaikas pasakoja, tikėkite vaiku. Kad ir kokia neįtikėtina, baisi ar nesuprantama istorija būtų, tai gali būti tiesa.
3. Patikinkite, kad vaikas padarė labai gerai, jog jums papasakojo. Vaikams dažnai būna labai sunku pasakoti apie patiriamą smurtą, pažeminimą, nes smurtautojai puikiai pajunta jautriausius vaikui dalykus, apie kurias jis norėtų nutylėti.
4. Suteikite vaikams būtiną medicininę pagalbą. Net jei sužalojimai jums atrodo nereikšmingi, kreipkitės į medikus.
5. Pasirūpinkite vaiko saugumu:
  - kreipkitės į policiją;
  - kreipkitės į mokyklos bendruomenę;
  - mokykite patį vaiką apsisaugoti: atpažinti pavojingas vietas; atpažinti konfliktines situacijas. Mokykite atpažinti nusikaltimą skatinančias aplinkybes – brangių daiktų nešiojimas, demonstravimas, gyrimasis apie brangius daiktus, vedimasis į namus ir rodymas brangių daiktų, pasakojimas apie šeimos vertybes ir t. t. Lavinkite vaiko saugumą stiprinančius įgūdžius – rasti pagalbos šaltinius, kreiptis pagalbos, spręsti konfliktines situacijas.
6. Nedelsdami pasirūpinkite psichologine vaiko būkle: kalbėkitės su vaiku ir kreipkitės į psichologus arba psichoterapeutus. Patyrusiam prievartą vaikui tikrai būtina profesionali pagalba.
7. Patys kreipkitės pagalbos. Žinojimas, kad buvo smurtauta prieš jūsų vaiką, sukelia daug sumaišties ir įtampos šeimoje. Tėvai, sužinoję, kad jų vaikas patiria ar patyrė prievartą, išgyvena slogius jausmus: baimę, kaltę (ypač jei prievarta truko ilgai, o tėvai tik dabar sužinojo), liūdesį, prislėgtumą, gėdą, pyktį, nerimą, bejėgiškumą. Pačiam susitvarkyti su tais jausmais nėra lengva, ypač kai reikia palaikyti vaiką. Tad tėvams patiems būtina kreiptis pagalbos, nes jei esate sutrikę ar užsisklendę, į ką gali remtis jūsų vaikas? O būdami atsparūs vidujai, jūs suteiksite stiprybės savo vaikui.



Jau dabar, kol skaitote šią knygele, pakalbėkite su vaiku apie galimas grėsmes ir išeitis iš smurtinių situacijų.

1. Paprašykite, kad vaikas įvardytų du suaugusius žmones, į kuriuos gali kreiptis, jei ištiko bėda. Padėkite vaikui pasirinkti tuos žmones, nepriekaištaukite ir nedarykite spaudimo, jei pasirinko ne jus. Pagalvokite, kas jums svarbiau – jūsų ambicijos ar fizinė ir psichinė vaiko sveikata. Jei vaiką auginate vienas/viena, pagalvokite, į ką dar, be jūsų, vaikas galėtų kreiptis pagalbos. Gal tai gali būti klasės auklėtoja, kaimynas, jūsų draugas, dėdė arba teta, seneliai. Pakalbėkite, kaip galima tą žmogų pasiekti, užrašykite telefoną ir adresą ir kartu su vaiku išmokite juos atmintinai. Nepasitikėkite vien tik mobiliuoju telefonu arba lapeliu, įdėtu į pinigine. Tuos daiktus kaip tik dažniausiai iš vaiko ir atima. Tada vaikas patirs dvigubą stresą: dėl prievartos ir dėl to, kad negali susisiekti su artimaisiais.

2. Aptarkite įvairias situacijas, kada reikia rūpintis savo saugumu: nežinomoje vietoje; vakare; susidūrus su grupe agresyvių ar apsvaigusių žmonių ir t. t.

3. Aptarkite, kaip elgtis, jei vaikas patyrė smurtą.

4. Pakalbėkite su vaiku, kaip jis gali padėti kitiems nuo smurto nukentėjusiems vaikams.

5. Jei jūsų vaikas pradinukas ar dar jaunesnio amžiaus, pažaiskite kartu stalo žaidimą „Kelias namo“, parengtą Kauno saugaus vaiko centro. Žaisdamas jūsų vaikas susiduria su galybe situacijų ir mokosi jas išspręsti, nes kaip tik jos dažniausiai atsitinka realybėje. Paruoškite vaiką bet kokiems netikėtiems skambučiams, užpuolimams, pasiūlymams ir nelaimėms. Dažnai tėvai sako, kad tokios kalbos tik įbaugina vaiką. Tai netiesa. Realybė tokia, kad vaikai dažniausiai nukenčia todėl, kad nesuvokia situacijos arba sutrinka, nežino, ką daryti. Žaidimo metu vaikas galės pasimokyti saugumo įgūdžių.

6. Pokalbis su vaiku apie įvairias situacijas leis jums pamatyti, ar vaikas pasitiki savimi, ar yra sutrikęs ir prastos savivertės. Jei vaikas prastai save vertina, patarčiau kreiptis į specialistą iš karto. Vaikas, prastai vertindamas save, ateityje turės įvairių problemų: mokslo, asmenybės, bendravimo. Sustiprinti savivertę galima, tik tai daryti reikia



kuo anksčiau, nes sugaišite mažiau laiko ir pagalba bus veiksmingesnė. Šiandien jau daug suaugusiųjų ir vaikų nebemano, kad jei kas kreipiasi į psichologą ar psichoterapeutą, tai yra „psichas“ (tai yra psichikos ligonis). Šiandien tai yra prieinama ir, ko gero, privaloma paslauga. Kažkodėl neabejojate, kad vaikas ar suaugusysis turi susitvarkyti savo dantis: juos susigydyti ar koreguoti sukandimo formą. Dažniausiai nesiimate patys spręsti šios užduoties, einate pas specialistą – odontologą. Tas pats ir su psichika: nueikite pas specialistą ir jums pasakys, ar jūsų vaikui reikia pagalbos ir kokios. O galbūt pagalbos reikia jums. Jeigu jūsų vaikas patyrė prievartą, pagalba jums, kaip ir jūsų vaikui taip pat yra būtina.

7. Pakalbėkite su vaiku apie malonius ir nemalonus prisilietimus, t. y. kas leidžiama ir neleidžiama daryti su juo ir jo kūnu. Skirtingai leidžiama liesti artimam žmogui ir svetimam žmogui. Net jei tai yra artimas žmogus, vaikas neturi patirti nemalonių prisilietimų (prisiminkime, kiek daug seksualinės prievartos patiria vaikai būtent iš artimiausių savo žmonių). Reikia mokyti vaikus atpažinti nemalonus prisilietimus, pasitikėti savo jausmais bei priešintis tokiems prisilietimams.

8. Mokykite vaiką kalbėti apie savo jausmus. Jausmai yra svarbi žmogaus gyvenimo dalis ir juos reikia vertinti rimtai. Reikia mokėti atpažinti jausmus, juos įvardyti ir dalytis jais (kokie yra jausmai, su kuo ir kada apie juos galima kalbėti). Paramos vaikams centras jau pradėjo taikyti Lietuvoje programą „Antras žingsnis“ (*Second Step*), kuri kaip tik moko vaikus suprasti jausmus, atjausti kitus, aptaria dalijimosi jausmais bei jausmų išsakymo situacijas, be to, moko valdyti pyktį, impulsus ir rasti tinkamus sprendimus.

Lietuvoje problema yra ta, kad suaugusieji irgi nemoka suprasti ir įvardyti savo jausmų. O tada tikrai sunku įveikti sunkumus. Be to, gajį nuostata, kad jausmus rodo tik silpni ar ligoti žmonės. Tai labai klaidinga nuomonė. Nepamirškite: jei kalbame apie jausmus, tai rodo ne tai, kad mes esame silpni ir bejėgiai, bet kad mes gerai pažįstame save: tiek fizinę, tiek psichinę būseną ir žinome, kaip elgtis.



## *Jei jūsų vaikas papasakojo, kad patyrė smurtą*

Sugebėti papasakoti apie skriaudą ir būti išgirstam ir palaikomam suaugusiųjų – tai pats *sunkiausias*, bet ir pats *reikalingiausias* dalykas vaikui, patyrusiam smurtą. Jei jūsų vaikas jums pasakoja apie patirtą prievartą, tai rodo, kad:

- pirmiausia, vaikas dar yra pakankamai stiprus psichologiškai (turi jėgų kalbėti apie patirtą pažeminimą);
- antra, vaikas pasitiki jumis;
- trečia, reikia keisti situaciją, kad skriauda vaikui nepasikartotų.

Kaip minėjau, aukos labai dažnai slepia skriaudos faktą. Jei jūs dabar sužinojote apie skriaudą savo vaikui, nepaisant viso situacijos žiaurumo, jums pasisekė, nes *nuo dabar jūs galite padėti savo vaikui* keisti situaciją. Kuo anksčiau jūs sužinote apie smurto įvykį, tuo lengviau yra padėti vaikui. Kodėl? Nes ilgalaikė arba nuolatinė prievarta labai paveikia psichologinę, kartais ir fizinę vaiko raidą. O kuo didesni pokyčiai, tuo daugiau laiko reikia kuriamajam darbui. Tačiau net jei smurtaujama prieš jūsų vaiką seniai, o jūs tik šiandien apie tai išgirdote, vis tiek jūsų pagalba yra būtina ir prasminga. Šiai situacijai spręsti prireiks itin didelio jūsų jautrumo ir supratingumo.

Tad, jeigu jūsų vaikas papasakojo arba jūs iš esamų požymių atpažinote ir iškvotėte iš vaiko, kad jis patyrė smurtą:

- išlikite ramūs, napanikuokite, nepasiduokite baimei ar liūdesiui;
- nešaukite ant vaiko, kad to ir reikėjo tikėtis;
- nekaltinkite nei vaiko, nei savęs, kad taip atsitiko;
- nepulkite staiga, beatodairiškai veikti – tai neduos rezultatų, o tik parodys, kad jūs esate apimti baisaus nerimo;
- nepalikite to fakto savieigai: „Ai, gal per laiką viskas susitvarkys“;
- nebijokite kreiptis pagalbos: taip jūs apsaugosite vaiką, parodysite, kad galite jį apginti ir rūpinatės juo, be to, neleisite toliau plisti smurtui.





**K**

*odėl vaikai nepasakoja apie tai, kad patiria smurtą?*

Atrodo, jei tik jūsų vaikas būtų pasakęs anksčiau apie savo rūpesčius, tai tuojau pat būtumėte ėmęsi kokių nors veiksmų smurtui nutraukti. O jūs sužinojote tik dabar, kai auklėtoja paklausė, kodėl jūsų dukra jau mėnesį nebevaikšto į mokyklą arba kai atsitiktinai ryte sugrįžote namo ir ten aptikote savo sūnų, kuris, pasirodo, jau dvi savaites laukdavo už namo kampo, kol jūs išvažiuodavote į darbą ir tada grįždavo namo. Praėjus šokui ir atslūgus pykčiui, jūs pradėjote aiškintis ir sužinojote, kad jūsų vaikas jau kuris laikas patiria smurtą. Bet jūs nieko apie tai nežinojote. Jūs klausiate savo vaiko: kodėl tu man anksčiau to nesakei? Greičiausiai vaikas jums nieko neatsakys. Kodėl sūnus ar dukra apie patiriamą smurtą jums nepasakė anksčiau?

### **Paiškinti gali viena ar kelios išvardytos priežastys:**

- bijo skriaudėjo;
- bijo, kad niekas nepatikės;
- kaltina pats save dėl patirtos ar dabar patiriamos prievartos;
- jaučia gėdą;
- mano, kad niekas negali padėti;
- bijo, kad jei pasakys, tai niekas jo nemylės;
- mano, kad negerai būti skundiku;
- bijo, kad jeigu kam nors apie tai prasitar, tas pats gali atsitikti su seserimis ar broliais;
- mano, kad taip atsitiko, nes jis pats yra labai blogas;
- jeigu prievartą vartoja giminaitis ar draugas, vaikas nieko nesako, nes nenori, kad jiems kas blogo būtų daroma;
- jei prievartą patiria mokykloje, bijo, kad mokytojas skriaudikui pasakys, kas pranešė apie smurtą;
- gali nerasti tinkamų žodžių, nemokėti papasakoti apie prievartą;



- nežino, kam gali papasakoti;
- gali tiesiog nežinoti, nesuprasti, kad tai yra prievarta ir kad taip elgtis su vaikais negalima;
- mažesni vaikai dažnai neprisimena, kad buvo skriaudžiami ir kas jų skriaudikai;
- vaikai gali nepasakoti apie patiriamą skriaudą, kurią patiria iš tėvo ar motinos, jei mano, kad tai gali nuliūdinti nesmurtaujančią tėvą ar nesmurtaujančią motiną.

Kaip matote, yra daugiau priežasčių, skatinančių vaiką tylėti, nei kalbėti apie smurtą. Blogiausia yra tai, kad vaikai po ilgalaikės patiriamos prievartos būna labai emociškai išsekę ir netiki, jog kas nors gali pasikeisti. Ne sykį dirbdama su tokiais vaikais girdėjau: „Jūs nieko negalite pakeisti“; „Man svarbu, kad tik kaip nors tuos metus pabaigčiau, o tada eisiu kitur, vis tiek klasėje kitaip nebus“; „Netikiu, kad kas nors gali pasikeisti...“ Vaikui vėl surasti gyvybinės energijos, noro gyventi yra tikrai nelengva užduotis.

Tačiau net jei vaikas nepasakoja, nes yra apimtas nevilties ar baimės dėl savo padėties, tėvai gali suprasti, kad su jų vaiku kažkas vyksta, nes yra daugybė ženklų, signalizuojančių, kad vaikui yra blogai.

### O tai reiškia – ***JŪSŲ VAIKUI REIKIA PAGALBOS.***

Jei tai pajutote, būkite kantrūs ir atsargiai išklausinėkite vaiką apie rūpesčius. Kartais tėvams tai būna labai sunku atlikti, nes vaikas, atrodo, specialiai nervina tėvus, kenkia jiems, nekalba arba rėkia, apsiverkia ir išbėga iš namų, demonstruoja abejingumą arba priešišumą. Bet tai yra kaukė, po kuria slepiasi jautrus, išgąsdintas ir vienišas vaikas.

Ypač stebina tėvai, kurie palieka vaikus vienus kapstyti tokioje smurto situacijoje ir rimtai sako: vaikas pats turi išmokti atsilaikyti prieš skriaudikus, gyvenimas yra kova, niekas gyvenime nesudarys šilt-





namio sąlygų. Akivaizdu, kad jie užmiršo, jog būtent *jie, tėvai*, turėjo savo vaiką išmokyti, kaip atsilaikyti prieš skriaudą ir rasti pagalbą, arba kitaip tariant – suteikti psichologinio atsparumo pagrindus. Maistas, būstas ir kita materialinė gerovė patys savaime nesuformuoja vaikui gyvenimo, arba socialinių ir emocinių, įgūdžių. Tai suprasti nėra lengva. Juk tada teks pripažinti, kad jūs patys kažko nepadarėte auklėdami savo vaiką ir būtent dėl tos priežasties jūsų vaikas dabar kenčia.

Skamba tikrai baisiai. Tokią tiesą pripažinti gali tik labai drąsūs, sąmoningi ir mylintys savo vaikus tėvai. Ir mažiausia, ką jie gali ir net, sakyčiau, privalo padaryti, kai jų vaiką ištinka bėda, – tai išklaudyti, užjausti, apsaugoti ir suteikti reikiamą pagalbą.

**PASAKYTI SAU IR KITIEMS:  
TAIP, AŠ GALIU KEISTI SITUACIJĄ  
IR AŠ JĄ KEISIU.**



## **A** r reikia padėti smurtautojams ir kaip?

Jau anksčiau kalbėdami apie smurtautojus, aptarėme, kad tai yra sužaloti žmonės: tiek vaikai, tiek suaugusieji. Išoriškai to greičiausiai nematysite: smurtautojas bando save vaizduoti kaip šaunų, drąsų, greitą ir šmaikštų herojų. Iš tikrųjų po agresija dažnai bandoma paslėpti menką savivertę, bendravimo įgūdžių stoką, vidinę sumaištį arba nebrandumą.

### **Smurtą arba prievartą prieš kitus naudoja vaikai ar suaugusieji, kurie:**

- yra patys patyrę arba dabartiniu metu patiria smurtą (paauglys muša savo mažą brolių, o mokykloje daugiau nei pusę metų iš jo paties yra tyčiojama dėl atsvario ir prakaitavimo, be to, už mokyklos ribų jis yra reketuojamas);
- yra ištikti krizės (mama išvažiavo dirbti į užsienį, dukrą paliko pas savo draugę, nežinia, kada grįš, nes nori užsidirbti kuo daugiau pinigų, kol dar darbdaviai samdo);
- išmokę tokio elgesio, kuris buvo skatinamas aplinkoje (vaikas iš girtaujančios šeimos pats turi apsiginti nuo girtos smurtaujančio tėvo, taip pat apginti motiną ir savo seserį. Mama džiaugiasi, kad vaikas „sutvarko“ tėvą, šitaip ji nuolat skatina fizinį smurtą);
- turi vienintelį mylimą žmogų, į kurį stengiasi būti panašus, o tas asmuo smurtauja: aprėkia žmoną, muša kitą sūnų, šaukia ant savo tėvų, išvadina kvailiais savo pavaldinius, mokytojus ir psichologus. Tada vaikui belieka kopijuoti šitokią elgesį, ir vaikas papuola į bėdą;
- turi neteisingas nuostatas ir įsivaizdavimą apie agresiją ir smurtą. Jie stengiasi būti tikri visuomenės dalyviai, o šiaudien susidaro regimybė, kad smurtas yra plačiai taikomas ir toleruojamas (valdžios žmonės, menininkai, sportininkai,



verslininkai naudoja psichologinę prievartą, į kurią įeina tyčiojimas, kitų žeminimas, įtampos sukėlimas, grasinimai, bei fizinę prievartą – išmeta iš darbo be pagrindo, muša neblaivų asmenį, apstumdo, užsimoja ranka, gadina turtą).

Kai paklausiau grupelės puikių, smalsių mokinių, ką jie mano apie smurto paplitimą mūsų visuomenėje, jie atsakė: „Ai, mes jau pripratome.“ Tai ir gąsdina.

Taigi, į klausimą, ar reikia smurtautojams suteikti pagalbą ar tik juos izoliuoti nuo visuomenės ir skirti bausmę, galime atsakyti – **taip, būtinai reikia**. Kad ir kaip mums tai atrodytų nepriimtina ir nesąžininga, smurtautojams reikia kartais net kompleksiškesnės pagalbos nei aukoms.

Jūs, būdami tėvais, galite suprasti vaiką ir sustabdyti neteisingą jėgos vartojimą prieš kitą. Klaidinga įsivaizduoti, kad bus mylimiausi ir sėkmę patirs tie, kurie išmoks pasinaudoti savo jėga nepaisydami kitų. Jei jūs taip manote, vadinasi, rizikuojate savo vaiku. Juk, kaip žinoma, **prieš vieną jėgą visada atsiras dar didesnė jėga**.



## *Jei jūsų vaikas yra smurtautojas*

Jei jūs esate tėtis ar mama ir jūsų vaikas smurtauja (vienas atvejis ar jau kuris laikas), jums turbūt yra labai nelengva. Visuomenė jus smerkia: „Pažiūrėkit, koks žvėris, kas jį tokį išaugino?“; „Jūs tik pamanykite, kokia baisi mergaitė: jos apskritai į gatvę negalima išleisti, o kokie jos tėvai turi būti?“ Jūsų vaiką bando išstumti iš klasės, iš mokyklos, tėvai ir vaikai renka parašus, mokytojai juos skatina skūstis mokyklos steigėjui. Jūsų vaikas neturi draugų kieme, nes kaimynai sako: „Draudžiu tau draugauti su tuo berniuku ar mergaite, jie yra blogi vaikai.“ Jūsų vaikas jaučiasi siau-bingai namie, nes jūs priekaištauojate vaikui, grauziatės arba verkiate dėl tokio vaiko elgesio.

Pažįstama situacija? Regis, ką čia veltui kalbėti apie smurtautoją, mus domina auka – tai ją reikia užjausti ir ja rūpintis, o smurtautojas – jis nenuspelno pagalbos ir užuojautos. Tik bausmės.

Vis dėlto, jei tai jūsų vaikas, neskubėkite jo užsipulti ar savęs kaltinti, vertėtų atidžiau pažiūrėti, kas atsitiko su jūsų vaiku, kodėl jis tapo smurtautoju.

Jau aptarėme priežastis, verčiančias vaiką elgtis agresyviai arba naudoti prievartą. Jos yra labai svarbios: vaikas pats gali patirti prievartą, krizės atveju modeliuoti tėvo elgesį. Štai dar keletas priežasčių, sąlygojančių agresyvų vaikų elgesį. Prievartą naudojančios vaikais:

- yra išmokę neadekvačiu būdu gauti sau dėmesio (kol vaikas ramus – tėvai ilsisi ir nesirūpina juo, bet tik vaikas pradeda mušti jaunesnę seserį – iš karto pritraukia dėmesį);
- turi raidos sutrikimų, susijusių su didesne dėmesio sutrikimo tendencija bei didesniu polinkiu į agresyvumą;
- pavyzdžių semiasi iš TV, nes žiniasklaida sustiprina klaidingą nuostatą, kad žiaurumas, smurtas yra priimtina.



Matome, kad priežastys labai sudėtingos ir be pagalbos vaikas neišsivers. Bet dėl tos priežasties, kad smurtaujantis vaikas yra nepageidaujamas visuomenėje ir tai gal jau pajutote iš aplinkinių, jūs patys galite sutrikti ir bijoti kreiptis pagalbos. Nesustokite ir nepasiduokite spaudimui – tik taip jūsų vaikas gali pradėti sėkmingesnį gyvenimo etapą. Ir šitoje situacijoje pagalba jums patiems yra būtina.

Žinoma, atrodo kur kas patraukliau užjausti, ginti, palaikyti smurto auką ir tikrai labai nesinori suprasti, išsigilinti į smurtautoją. Bet kaip dabar matote, tai gali būti taip pat, o gal net labiau sužalotas vaikas. Ir be pagalbos jis niekaip neišsivers.

**K**okia yra sisteminės pagalbos prasmė ir svarba?

Kai kalbame apie prievartą, vienas žmogus negali pakeisti situacijos. Vaiko prievartos atvejo išsiaiškinimas, sustabdymas ir pagalbos suteikimas tikrai turi būti sisteminis.

### **Ką tai reiškia?**

- Pirmiausia, pagalba turi būti kompleksinė, į ją įtraukiami įvairūs specialistai ar tarnybos.
- Antra, visoje bendruomenėje, ypač jei tai mokykla, turi būti priimta prievartos netoleravimo nuostata ir jos turi būti laikomasi.
- Trečia, priemonės turi būti taikomos nuolat, o ne tik tam kartui sudrausminančios skriaudikus.

Pagalvokite, juk jei jūsų vaikas patyrė prievartą, jūs vieni negalite visko padaryti: pasirūpinti, kad vaikas tvarkingai lankytų mokyklą ir psichologiškai sustiprėtų, ir kad smurtautojai gautų pagalbą, be to, kad jūsų vaikas būtų apsaugotas nuo smurtautojų. Todėl ir reikalingas bendras ir sisteminis darbas.



Svarbu, kad prievarta būtų išviešinama, o ne slepiama. Užtikrinant vaiko saugumą, pavyzdžiui, jei prievarta vartojama mokykloje, ją sustabdyti gali tik mokytojai, administracija, socialinis pedagogas, psichologas. Jei smurtinio atvejo metu buvo stipriai sužalota vaiko psichika arba pažeista fizinė būklė, jūs turėsite kreiptis į Vaiko teisių apsaugos tarnybą arba prokuratūrą. O paskui būtinai nuvesite vaiką pas psichologą ar psichoterapeutą. Ir patys kreipsitės pagalbos sau.

**Viso to jūs vieni negalite padaryti. Dėl keleto priežasčių:**

- jūs nesate pakankamai kompetentingi;
- kiti specialistai ar tarnybos gali žinoti geresnių, tikslesnių sprendimo būdų;
- jūs sugaišite kur kas daugiau laiko ir įdėsite daugiau pastangų ir neaišku, ar pasieksite tikslą. O kaip pamenate – smurto atveju vaikui reikalinga kuo skubesnė pagalba.

Bet svarbiausia – jūs vaikui turite būti mama ar tėtis, bet tikrai ne psichologas, policininkas, Vaiko teisių apsaugos tarnybos darbuotojas ar mokyklos direktorius. Pasitikėdami kitais žmonėmis jūs labiausiai padėsite vaikui ir sau.

## *Pabaigos žodis*

Jei perskaitėte šią knygėlę nuosekliai, tai dabar jūs turite daug žinių apie smurtą bei jo pasekmes ir gerą nuovoką apie savo galimybes. Taigi, jūs galėsite suprasti, kas vyksta su jūsų vaiku, ką jūs turite padaryti ir kur galite kreiptis, jei jūsų pagalbos neužtenka. Tikiu, kad kaip tik šie dalykai padės jūsų vaikui užaugti sveikam, pasitikinčiam savimi ir atviram pasauliui žmogumi. Jūs šiame procese esate nepaprastai svarbus žmogus. Dabar jūs tą jau tikrai žinote.



**K**ur 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 11111

**Psichologinės pagalbos telefonas  
JAUNIMO LINIJA**  
8 800 28888



## R rekomenduotina literatūra

- Arlauskaitė Ž. *Tikra knygelė apie skriaudą. I dalis. Suaugusiesiems*. Vilnius: Polium, 1998.
- Beane A. L. *The Bully Free Classroom*. Minneapolis: Fee Spirit Publishing, 1999.
- Coman C. *What Jamie Saw*. New York: Puffin Books, 1995.
- Draugo laišakai*. Vilnius: Heksagrama, 2004.
- Girard L.W. *Who is a Stranger and What Should I Do?* Morton Grove: Albert Whitman & Company, 1985.
- Gutman B. *Be Aware of Danger*. New York: Twenty-First Century Books, 1996.
- Herrerias K. *Apie prievartą vaikams ir paaugliams*. Vilnius: RUL Vaiko raidos centras, 2002.
- Hyde J., Hulse T. *Child Survival Skills: How to Detect and Avoid Dangerous People*. Oakhurst: Bentle Books, 2004.
- Kasperavičiūtė E. *Kitos spalvos saulė*. Vilnius: Vaiko namas, 2003.
- Keller-Hamela M. *Aš einu į teismą*. Vilnius: Paramos vaikams centras, 2006.
- Levickaitė K., Stankutė A. *Apie drambliaus... Vadovas merginoms po jausmų pasaulį*. Vilnius: AIDS centras, 2005.
- McCord P. *Picture in the Dark*. New York: Bloomsbury, 2004.
- Mufson S., Kranz R. *Straight Talk About Child Abuse*. New York: Facts on File, 1991.
- Povilaitis R., Valiukevičiūtė J. *Patyčių prevencija mokyklose*. Vilnius: UAB Multiplex, 2006.
- Staudinger U. *Neliesk manęs: Kaip atpažinti seksualines priekabas ir joms priešintis*. Kaunas: Šviesa, 2003.
- Šikaitė V. *Tikra knygelė apie skriaudą. II dalis. Vaikams*. Vilnius: Polium, 1998.
- Wooden K. *Child Lures: What Every Parent and Child Should Know About Preventing Sexual Abuse and Abduction*. Arlington: The Summit Publishing Group, 1995.

## I 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)





Žydrė Arlauskaitė

**GALIU  
PADĖTI  
SAVO VAIKUI**

*Knygelė tėvams apie smurtą prieš vaikus*

---

*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*