

Kur kreiptis konsultacijų ir pagalbos Kretingoje?

Kretingos psichikos sveikatos centras
Žemaitės al.1, Kretinga, tel.79055

Vaiko teisių apsaugos tarnyba
J. K. Chodkevičiaus g. 10, Kretinga, tel. 51015

Kretingos socialinių paslaugų centras
Klaipėdos g.135A, Kretinga, tel.78988, 78989

Kretingos rajono pedagoginė psichologinė tarnyba
J.K.Chodkevičiaus g. 10, Kretinga, tel. 78939

Mokyklų psichologai, socialiniai pedagogai

Nemokama psichologinė pagalba telefonu:

Vaikų linija 8-800-11111

Jaunimo linija 8-800-28888

Vilties linija 8-800-60700



APSAUGOKIME VAIKUS NUO SMURTO IR PRIEVARTOS



APSAUGOKIME VAIKUS NUO SMURTO IR PRIEVARTOS

Teresė Ramanauskienė
Vaikų ir paauglių psichiatrė



Kretingos psichikos sveikatos centras

Smurto problema

Apie smurtą šiandien mes vis dažniau ir dažniau kalbame. Kasdien apie tai perskaitome spaudoje, sužinome iš televizijos. Smurtas egzistuoja ne tik gatvėse, jis demonstruojamas videofilmuose, žurnaluose ir net kompiuteriniuose žaidimuose.

Nors dauguma vaikų auga laimingose šeimose, yra rizikos grupė vaikų, kurie patiria smurtą savo namuose. Mūsų visų tikslas – sustabdyti grėsmę ir sukurti saugią aplinką.

Vaikai, augdami visuomenėje, kur egzistuoja smurtas ir prievarta, gali prarasti pasitikėjimą tiek suaugusiaisiais, tiek savimi, išmokti tokių bendravimo būdų, kurie pagrįsti agresija bei prievarta. Jie tampa nesaugūs.

Nuo to, kokioje aplinkoje augs mūsų vaikai, priklausys, kokį pasaulį ateityje jie mums sukurs.

Smurtas yra ta problema, kuri turi rūpėti mums visiems, nepriklausomai, ar mes esame tėvai, ar ne.

Smurto statistika Lietuvoje

– iki 10 procentų Lietuvos vaikų patiria įvairių seksualinę prievartą (daugiausia 13-16 metų) (2000–2001 m. atlikto sociologinio tyrimo duomenys);

– smurtinis elgesys (psichologinis arba fizinis smurtas) būdingas 65 procentams Lietuvos šeimų (2001 m. tarptautinis vaikų ir jaunimo nuomonės tyrimas „Jaunimo balsai“);

– 32 procentai vaikų per pastaruosius 3 metus yra tapę nusikaltimo aukomis (nuo 1 iki 10 kartų) (Vidaus reikalų ministerijos 2003 m. duomenys);

– žinoma atvejų, kai prieš vaikus psichologinį (o kartais ir fizinį) smurtą naudojo teisėsaugos institucijų pareigūnai, mokytojai, socialiniai darbuotojai, socialiniai pedagogai, tai yra asmenys, kurie pagal darbo pobūdį privalo ginti vaikus nuo neteisėtų veiksmų, užtikrinti jų teises ir įstatymų saugomus interesus (Vaiko teisių apsaugos kontrolieriaus įstaigos 2003 m. duomenys).

Šioje knygelėje kalbėsime apie tai, ką turėtumėme žinoti:

1. Apie smurto rūšis;
2. Apie tai, ką daryti, kad apgintumėme vaikus nuo smurto;
3. Apie tai, kaip išmokyti vaikus spręsti problemas taip, kad nebūtų naudojama agresija ir prievarta.

Smurto rūšys

1. Fizinė prievarta.
2. Emocinė prievarta.
3. Seksualinė prievarta.
4. Nepriežiūra.

Fizinė prievarta

- Mušimas ranka ar įvairiais daiktais;
- Smogimas, stumdymas, spardymas, purtymas;
- Bet kokio skausmo sukėlimas: žnaibymas, plaukų tampymas, kūno sužalojimo grėsmė;
- Darbo skyrimas ne pagal jėgas.

Fizinė prievarta apima įvairias žiauraus elgesio su vaiku formas. Gali būti padaryta trumpalaikė arba ilgalaikė fizinė žala vaiko organizmui ir sveikatai. Sutrikimai skirstomi į laikinus ir negrįžtamo pobūdžio. Tačiau paprastai daug ilgiau trunka bei pastebimai vaiko raidą sutrikdo psichologiniai ir socialiniai patirtos fizinės prievartos efektai. Kai kuriuos iš jų ir aptarsime:

- Patirta fizinė prievarta susijusi su nepasitikėjimu tarpasmeniuose santykiuose, aplinkinių žmonių meilės ir dėmesio stoka, polinkiu pasiduoti autoriteto valdžiai;
- Fizinę prievartą patyręs vaikas gali būti praradęs svarbią socializacijos patirtį, kurios trūkumas atsiliepia paauglystėje ir suaugusiame amžiuje negebėjimu užmegzti ir palaikyti santykių su kitais žmonėmis;
- Skaudūs išgyvenimai gali sutrikdyti esminius vaiko raidos eta-

pus: saugaus prieraišumo formavimąsi, savikontrolės įgijimą, moralės ir socialinių nuostatų raidą. Šių procesų sutrikimai yra didžiaja dalimi atsakingi už vaiko emocijų ir elgesio problemas;

- Fizinę prievartą patyrusiems vaikams sunkiau prisitaikyti prie aplinkos, nes jų prisitaikymo įgūdžiai yra riboti, nelankstūs. Ilgainiui tai gali sukelti psichologinius sutrikimus ar prisitaikymo problemas.

Fizinės prievartos pasekmes lengviau suvokti, kai jos poveikis nagrinėjamas tam tikram vaiko raidos aspektui ar etapui. Galima išskirti tris svarbiausias vaiko raidos sritis:

1. Elgesio sritis (pvz., agresija, silpna savikontrolė);
2. Socialinė-emocinė sritis (pvz., saugaus prisirišimo ir santykių raidos sunkumai);
3. Socialinė-pažinimo sritis (pvz., pažinimo ir moralės raida).

Toliau kiekvieną iš paminėtų sričių aptarsime atskirai.

Elgesys

- Fizinę prievartą patyrę vaikai agresyvesni savo bendraamžių atžvilgiu, ir tokia elgsena būdinga jau ikimokyklinukams;

- Mokytojai ir tėvai tokius vaikus apibūdina kaip sunkiau suvaldomus, socialiai nebrandžius, nesugebančius pasitikėti kitais;

- Bendraamžiai fizinės prievartos aukas dažnai atstumia ir jų nepaiso dėl pastarųjų socialinių įgūdžių stokos, žemos socialinės kompetencijos ir negebėjimo užmegzti bei palaikyti santykius su bendraamžiais;

- Nemaža dalis prievartą savo nusikaltimuose naudojančių nusikaltėlių vaikystėje patys patyrė fizinę prievartą (vieno tyrimo duomenimis, 44 procentai nusikaltėlių, patyrusių fizinę prievartą, savo nusikaltimuose naudojo prievartą, kai fizinės prievartos nepatyrusių grupėje prievartą naudojo tik 16 procentų nusikaltėlių).

Socialinė-emocinė sritis

- Fizinė prievarta kūdikystėje ir ankstyvojoje vaikystėje susijusi

su nesaugiu prisirišimu vaiko santykiuose su globėju;

- Prievartą patyrę vaikai yra mažiau empatiški kitų vaikų išgyvenimams (reaguoja baime, agresyviu išpuoliu ar pykčiu);
- Šie vaikai pasižymi labai išreikšta depresija, neviltimi ir žema savigarba.

Socialinė-pažinimo sritis

• Smurtauojantys prieš vaikus tėvai neišmoko jų rūpintis bei atsižvelgti į kitų žmonių gerovę;

• Prievartą patyrę vaikai savo nusižengimus vertina daug atlaidžiau nei bendraamžių panašias „nuodėmes“. Vieno tyrimo duomenimis, tokie vaikai buvo įsitikinę, jog jiems padaryta didesnė žala nei bendraamžiams, kurie lygiai tokiu pat būdu tyrimo metu buvo „nuskriausti“;

• Pastebėti kognityvinės raidos sutrikimai (Hoffman-Plotkin ir Twentyman 1984 metais užfiksavo skirtumą tarp fizinę prievartą patyrusių ir jos nepatyrusių ikimokyklinukų intelekto įvertinimo rezultatų);

• Fizinę prievartą patyrę vaikai matematikos ir verbalinių gebėjimų srityse dvejais metais atsilieka nuo savo bendraamžių (Salinger ir kt., 1984).

Fizinė prievarta yra viena labiausiai paplitusių prievartos prieš vaikus formų. Dėl specifinio pobūdžio ją gana lengva nustatyti – tiek vaiko išvaizdoje, tiek elgesyje galime pastebėti nemažai fizinės prievartos ženklų. Jų atpažinimas laiku gali padėti vaiką apsaugoti nuo pakartotinių sužalojimų.

Vaiko išvaizdoje pastebimi ženklai:

• Mėlynės ar sumušimo žymės ant veido ir kūno (ypač atkreipti dėmesį, jei sumušimai yra skirtingų gijimo stadijų, neįprasto išsidėstymo bei formų, padaryti kažkokiu instrumentu ir išsidėstę daugelyje kūno vietų);

- Nudegimai (cigaro ar cigaretės palikti nudegimai, pirštinės ar kojinės formos nudegimai galūnėse, spurgos formos pūslės ant sėdmenų ar bet kokie kiti nudegimai, iš kurių formos galima atpažinti naudotą instrumentą);

- Lūžiai ir kaulų įskilimai (spiraliniai ilgųjų kaulų lūžiai, kurių negalima paaiškinti kažkokios sukamosios jėgos veikimu, daugybiniai skirtingų gijimo stadijų kaulų lūžiai, bet koks kaulo lūžis vaikui iki dvejų metų);

- Vidiniai sužeidimai, plėštinės žaizdos ir nubrozdinimai (ypač aplink burną, lūpas, akis ar išorinius lyties organus);

- Žmogaus įkandimo žymės;

- Vieno tyrimo duomenimis, kūdikio akys gali padėti nustatyti fizinės prievartos prieš jį faktą. Kraujosrūvos akies tinklainėje (kaip vidinio kraujavimo pasekmė) gali liudyti apie vieną iš fizinės prievartos formų, kurią labai sunku atpažinti, – **purto mo kūdikio sindromą**. Purty mo bei kratymo metu kūdikio smegenys nevaldomai „šokinėja“ kaukolėje. Smegenų paviršius susidaužo ir ištinsta, dėl pakitusio slėgio prasideda vidinis kraujavimas smegenyse ir tuo pačiu galinėje akies tinklainės dalyje. Tai gali būti aklumo priežastimi. Taip pat tai gali nulemti pastovius pažeidimus smegenyse ir su tuo susijusius sutrikimus, nes purty mo bei kratymo metu pažeidžiamos kraujagyslės, aprūpinančios smegenis deguonimi ir kitomis joms reikalingomis medžiagomis.

Vaiko elgesyje pasireiškiantys ženklai:

- Per greitai susijaudina;
- Išreiškia pyktį ir įniršį;
- Išgyvena nerimą arba baimes;
- Baimingai reaguoja į kito vaiko verksmą;
- Vengia socialinių kontaktų arba atrodo užsidaręs;

- Elgiasi agresyviai;
- Stebimi vaiko elgesio ir akademinės veiklos pasikeitimai;
- Dažnai verkia;
- Demonstruoja elgesio kraštutinumus;
- Laužo arba mėto įvairius daiktus;
- Kenčia nuo depresijos;
- Vartoja narkotines medžiagas ir alkoholį;
- Pešasi su kitais vaikais;
- Prisiminimai sukelia šoką;
- Pasakoja sunkiai įtikinamas istorijas apie tai, kaip kas atsitiko;
- Nebrandžiai elgiasi (čiulpia nykštį, supasi kėdėje);
- Nesidomi aplinka;
- Dažnai meluoja;
- Slampinėja po mokyklą arba būna pas draugus – vengia grįžti į namus;
- Sapnuoja košmarus;
- Elgiasi pasyviai, atsiriboja nuo kitų;
- Būdingas iškreiptas savęs suvokimas;

Globėjo elgesyje pasireiškiantys ženklai:

- Naudoja vaiko amžiaus, nusižengimo ir situacijos neatitinkančias žiaurias bausmes;
- Puoselėja lūkesčius, kurie prasilenkia su vaiko galimybėmis ir amžiumi;
- Pateikia nelogišką, neįtikinamą, prieštaraujantį vaiko sužeidimų paaiškinimą arba visai atsisako jį pateikti;
- Atrodo visiškai vaikui abejingas;
- Klaidingai suvokia vaiko asmenybę ir elgesį (pvz., įžvelgia vaiko viduje slypintį blogį ar pabaisą);
- Psichotiškumas ar psichopatiškumas;
- Piktnaudžiauja alkoholiu ar kitomis narkotinėmis medžiagomis;
- Mėgina nuslėpti vaiko sužeidimus arba niekam neatskleidžia, kas tai padarė.

Emocinė prievarta

Iš visų išskirtų prievartos prieš vaikus formų emocinė prievarta yra sunkiausiai atpažįstama ir įvardijama. Nelengva apibrėžti patį reiškinį, sunku nustatyti jo priežastis ir pasekmes, o dar sunkiau priversti atsakyti kaltininkus. Tačiau jau mūsų protėviai pažino žeidžiančią, griauinančią žodžio galią („žodis žvirbliu išlekia, o jaučiu sugrįžta“), tad ir mes turime pažinti emocinės prievartos reiškinį bei privalome apsaugoti nuo jo pačius silpniausius mūsų visuomenės narius – vaikus.

Emocinė prievarta yra daugiau nei verbalinė prievarta. Ji paveikia vaiko emocinę bei socialinę raidą ir gali tapti didžiausia grėsme sveikos asmenybės augimui. Emocinė prievarta gali įgauti daugelį formų:

Menkinimas, nuvertinimas

Vaiko menkinimas, nuvertinimas priverčia vaiką save matyti tokį, kokį jį žodžiais nupiešė globėjas. Taip vaikas netenka suvokimo apie savyje glūdinčias galimybes, o tai visapusiškai apriboja jo raidą.

Emocinis šaltumas

Vaikai išmoksta sąveikauti su pasauliu per santykius su tėvais ankstyvajame amžiuje. Jei tėvai yra jautrūs bei mylintys, vaikams pasaulis atrodo saugi vieta tyrinėjimams ir mokymuisi. Kai tėvai yra emociškai šalti su savo vaikais, jie netenka intelektualiai ir socialinei raidai svarbių dalykų. Vaikai, nuolat susiduriantys su globėjų šaltumu, pasaulį suvokia kaip šaltą ir nesvetingą. Tikėtina, jog ateityje jiems kils rimtų sunkumų santykiuose su kitais žmonėmis. Be to, tokie vaikai niekada neturės pasitikėjimo jausmo, kuris be galo reikalingas pasaulio tyrinėjimui ir mokymosi procesui.

Visuomenės normoms priešiška moralė

Kai tėvai vaikus moko antisocialaus elgesio, vaikai neperima normalios visuomenės patirties ir elgsenos modelių.

Žiaurumas

Žiaurumas yra daug atšiauresnė elgesio su vaiku forma nei šaltumas, tačiau tokios elgsenos pasekmės gali būti panašios. Tam, kad vaikas drąsiai tyrinėtų pasaulį ir užmegztų sveikus santykius su kitais žmonėmis, jis turi būti mylimas bei jaustis saugus. Tuomet, kai vaikas iš savo globėjo patiria žiaurumą, pasaulis jam liaujasi buvęs įdomus ir viliojantis. Tokiu būdu neigiamai paveikiamos visos mokymosi sritys – sutrinka vaiko socialinė, emocinė ir intelektualinė raida.

Ypatingas nenuoseklumas

Ankstyvuosiuose santykiuose tarp vaiko ir jo globėjo glūdi sėkmingo mokymosi pagrindas. Nuolatinės sąveikos metu vaikas ir motina (tėvas ar kitas globėjas) veikia vienas kitą. Kai globėjas nenuosekliai reaguoja į vaiką, šis nuo pat pradžių nebežino, ko galima tikėtis iš kitų žmonių. Ilgainiui tai gali paliesti visas mokymosi sritis.

Priekabiavimas, įžeidinėjimas

Ši emocinės prievartos forma reiškiasi panašiais efektais kaip ir vaiko menkinimas, nuvertinimas, tačiau ji išsiskiria vaiko reakcija į stresą. Priekabiavimas ir įžeidinėjimas gąsdina vaiką. Pasikartojančios, baimę sukeliančios situacijos keičia vaiko atsparumą stresui ir tai gali atsiskleisti nesugebėjimu toleruoti tam tikro laipsnio streso kitomis aplinkybėmis.

Ignoravimas

Vaiko ignoravimas atskiria jį nuo stimuliacijos ir sąveikų, būtinų emocinei, intelektualiai ir socialinei raidai.

Neadekvatus vaiko kontroliavimas

Neadekvatus vaiko kontroliavimas gali pasireikšti trimis būdais: *kontroliavimo stoka, per dideliu kontroliavimu ir nenuosekliu kontroliavimu.*

– *Kontroliavimo stokos atveju vaikams iškyla įvairių pavojų grės-*

mė. Jaunajai kartai neperduodama istorijos tarpsniu sukaupta patirtis, tad vaikams telieka viską patirti savo kailiu.

– *Per didelis kontroliavimas* užkerta kelią pasaulio tyrinėjimui ir atradimui, o tai sumažina savojo aš įtvirtinimo ir asmenybės raidos galimybes.

– *Nenuoseklus kontroliavimas* sukelia vaiko nerimą ir pasimetimą. Laikui bėgant gali atsirasti įvairių elgesio problemų, intelektualinės raidos sutrikimų.

Izoliacija

Vaiko izoliavimas nuo normalaus socialinio patyrimo atima iš jo galimybę užmegzti draugystės ryšius ir tai gali sukelti depresiją. Izoliacija rimtai sutrikdo intelektualinę, emocinę ir socialinę vaiko raidą. Toks vaikas paprastai patiria ir kitas emocinės prievartos formas, o neretai ir fizinę prievartą.

Atmetimas, atstūmimas

Kai globėjas atstumia vaiką, toks jo elgesys paveikia vaiko savęs suvokimą. Vaikas pasijunta esąs nevertingas. Vaikai, kurie savo globėjų buvo atstumti jau nuo ankstyvojo amžiaus, neišmoksta tinkamų savęs nuraminimo elgsenos formų. Atstumtam kūdikiui praktiškai nėra jokios galimybės užaugti sveika asmenybe.

Terorizavimas

Terorizavimas, kaip ir priekabiavimas bei įžeidinėjimai sukelia streso reakcijas. Pasikartojantis stresas veikia visą vaiko organizmą, susilpnėja atsparumas ligoms, ypač susijusioms su stresu. Be fizinių pasekmių nuolatinį siaubą išgyvenantis vaikas įgyja nesveikų, anti-socialių su išgyvenimu susijusių įgūdžių.

Emocinė prievarta yra visų prievartos formų šerdis. Prievartos prieš vaikus ar vaikų apleistumo ilgalaikiai efektai paprastai kyla iš emocinių prievartos aspektų. Būtent psichologinis prievartos aspektas ir leidžia daugumą smurtinių veiksmų įvardinti kaip prievartą. Tarkime, berniukas susilaužė ranką. Jei vaikas traumą patyrė mėgindamas dviračiu atlikti sudėtingą figūrą, jis išgis fiziškai ir psicholo-

giškai. Galbūt sustiprės berniuko charakteris, nes jis bus gavęs vertingą gyvenimo pamoką, kaip įveikti kliūtis padedant globėjams ir draugams. Jei tokią pat traumą berniukas patiria tuomet, kai vienas iš tėvų įsiūčio pagautas nustumia vaiką nuo laiptų, jis išgis fiziškai, bet niekada neišgis psichologiškai.

Panašiai yra ir seksualinės prievartos atvejais. Kai gydytojai medicininės apžiūros metu liečia vaikų lytinius organus, tai neturi jiems jokių neigiamų padarinių. Tačiau kai tokio pat kontakto siekia seksualiai susijaudinęs pažįstamas suaugęs žmogus, vaikas patiria psichologinę ir emocinę žalą. O dabar įsivaizduokime vaiką, kuris gyvena su jį bauginančiu globėju, tačiau fizinės prievartos nepatiria. Juk jis taip pat kenčia (kaip ir vaikai minėtuose pavyzdžiuose), tačiau šiuo atveju vaikui labai sunku padėti.

Emocinę prievartą nelengva atpažinti, todėl tokios prievartos prieš vaikus faktą itin sunku įrodyti. Tačiau visų mūsų dėmesį turėtų atkreipti žemiau paminėti simptomai, galintys pasireikšti tiek vaiko, tiek jo tėvų ar globėjų elgesyje. Žinoma, daugelis ženklų liudija ir apie kitas, ne mažiau rimtesnes vaiko ar jo šeimos problemas, tačiau jų atsiradimas gali kelti įtarimą, jog vaikas patiria emocinę prievartą.

Tad derėtų susirūpinti, jei vaikas:

- turi miego sutrikimų;
- kenčia nuo itin išreikšto nerimo ar depresijos;
- nėra saugiai prisirišęs prie tėvų ar globėjų, ir šis faktorius neigiamai veikia visą jo raidą (kai fizinių sutrikimų nėra);
- hiperaktyvus ar destruktivus;
- demonstruoja itin kraštutines elgesio formas (pvz., užsidaręs savyje, agresyvus, reikalaujantis daug dėmesio);
- per daug stengiasi prie visų prisitaikyti;
- per mažai aktyvus arba per daug aktyvus;
- bijo papasakoti tėvams net apie mažiausius savo nusižengimus (pvz., susiplėšė kelnes, įsipjovė pirštą ar sulaužė žaislą);
- pasižymi išreikštu neprognozuojamu elgesiu, kuris gali svyruoti

nuo užsisklendimo savyje iki atvirai priešiško agresyvumo;

– žaidžia žaidimus, kuriuose atsispindi namuose matytos žiaurios scenos ir girdėta kalba (pvz., lėlės mušimas, kai vaikas lėlę pravar-džiuoja, ant jos šaukia);

– nelengvai užmezga ir palaiko draugystę;

– vengia bendros veiklos su kitais vaikais;

– bėga iš namų;

– elgiasi taip, lyg būtų daug jaunesnis (-ė) arba elgiasi panašiai kaip suaugę žmonės;

– skundžiasi dėl nepagrįstų fizinių negalavimų (pvz., galvos ar pilvo skausmai, pykinimas);

– išreiškia negalėjimą patirti sėkmę, dažnai kartodamas tokius žo-džius: „aš negaliu“;

– grasina nusižudyti;

– šlapinasi į lovą.

Emocinės prievartos prieš vaikus atpažinimui svarbus ir tėvų ar globėjų elgesys. Jame gali atsispindėti santykių su vaikais pobūdis, auklėjimo formos ir stilius, sutuoktinių tarpusavio santykiai bei ben-dra atmosfera namuose.

Įtarimą turėtų kelti, jei tėvai ar globėjai:

– neparemia vaiko asmenybės ir jo elgesio teigiamais žodžiais;

– bendraudami su vaiku neišreiškia savo meilės jam;

– žodžiais mėgina pasakyti viena, o jų neverbalinis elgesys (po-zos, balsas) santykiuose su vaikais sako ką kita;

– neigiamai komentuoja vaiko elgesį (pvz., vadina blogu, kvai-lu);

– ilgą laiką itin bjauriais žodžiais bara vaiką, kai nusižengimas yra neadekvatus tokiam elgesiui su juo;

– skiria daugiau dėmesio ir meilės vienam vaikui kitų sąskaita (pvz., vienas vaikas šeimoje gali būti atstumtas);

– nuolat giria vieną vaiką (dažnai nepelnytai), stengdamiesi pa-brėžti kito vaiko nepilnavertiškumą;

- naudojasi vaiku tarpusavio ginčuose ir konfliktuose;
- išreiškia nepagrįstus lūkesčius dėl vaiko gebėjimo savarankiškai maitintis, naudotis tualetu, dalyvauti namų ruošoje ir pan. (šie lūkesčiai neatitinka vaiko amžiaus);
- neįsitraukia ir nedalyvauja vaiko raidai svarbioje veikloje ir žaidimuose;
- linkę švaistytis nerealiais pažadais, kurių nesilaiko arba negali išpildyti;
- nenuosekliai skiria apdovanojimus ar bausmes;
- ilgam laikui uždaro vaiką tamsioje patalpoje;
- priverčia vaiką jaustis bejėgiu arba gailėtis dėl dalykų, kurie nepriklauso nuo vaiko valios;
- dažnai nepagrįstai kaltina arba menkina vaiką;
- nesirūpina vaiko problemomis.

Šie ir kiti elgesio bruožai gali atskleisti rimtas vaikų bei jų tėvų ar globėjų santykių problemas. Vaiko giminaičiai bei kiti jo aplinkos žmonės turėtų peržengti tradicinį „nesikišimo į šeimos reikalus“ požiūrį ir atkreipti savo bei atitinkamų visuomenės institucijų dėmesį į sunkumus patiriančią šeimą.

Kaip išvengti emocinės prievartos?

Kadangi emocinę prievartą itin sunku apibrėžti, kyla pavojus jai priskirti daugelio tėvų klaidingas auklėjimo nuostatas ir netinkamą elgesį su vaikais. Net ir geriausi tėvai kartais praranda savitvardą – prikalba savo vaikams skaudžių žodžių, ignoruoja juos, negaili kritikos ar net netyčia išgąsdina. Tad kuo emocinė prievarta skiriasi nuo tokio elgesio? Emocinė prievarta pasižymi nuolatiniu, chronišku netinkamu elgesiu su vaiku. Taigi geros motinos elgsenoje netinkamos elgesio formos su vaikais atsispindės sąlygiškai labai retai, o blogos – beveik visą bendravimo su vaiku laiką.

Visiems vaikams reikia pripažinimo, meilės, padėrinimo, pastovumo ir teigiamo dėmesio. Jei šie poreikiai nebus patenkinti, vaikai,

patys tapę tėvais, taip pat ignoruos savo vaikus. Tai tarsi užburtas ratas, kurį sunku nutraukti. Būtina suvokti, jog emocinė prievarta gali pasireikšti bet kurioje šeimoje, nepriklausomai nuo jos kilmės ar dabartinio statuso. Jos atsiradimą gali veikti stresas, nepakankami tėvystės įgūdžiai, socialinė izoliacija, neadekvatūs lūkesčiai vaiko atžvilgiu ir kiti veiksniai.

Tad kaip elgtis tėvams, kurie nerimauja, jog auklėdami savo vaikus gali naudoti emocinę prievartą? Pateiksime keletą patarimų:

- Nebijokite atsiprašyti vaiko. Jei praradote savitvardą ir supykęs prikalbėjote tokių dalykų, kurių nederėjo sakyti, būtinai atsiprašykite. Tegul vaikai pamato, kad net ir suaugę žmonės gali suklysti, o suklydę – pripažinti savo klaidas;

- Nepravardžiukite savo vaiko ir neklijuokite jam etikečių. Tokie žodžiai kaip „kvailys“, „tinginys“ arba panašios į šias frazės (pvz., „niekam tikęs“, „jei nors kiek prilygtum savo broliui“, „nieko nesugebi padaryti gerai“) žlugdo vaiko savigarbą;

- Kuo tiksliau įvardinkite vaiko elgesį, kurį norėtumėte pakeisti. Leiskite vaikui pajusti, jog jums nepatinka tik tam tikri jo veiksmai, o ne visa asmenybė. Kai vaikas netinkamai elgiasi, nepastiprinkite jo savo dėmesiu ir nutraukite bet kokį bendravimą ar veiklą su vaiku. Paaiškinkite vaikui, jog tokios „minutės pertraukėlės“ priežastis yra jo netinkamas elgesys ir aiškiai parodykite kokio elgesio iš vaiko tikėtės (minėta pertrauka neturi užtrukti ilgiau nei kelios minutės);

- Pagirkite vaiką už jo tinkamą elgesį;

- Išmokite išvengti situacijų, kuriose Jūs prarandate savitvardą. Svarbu laimėti šiek tiek laiko ir iverkti impulsyvias reakcijas, dėl kurių vėliau dažnai tenka gailėtis. Rekomenduojama kelioms minutėms išeiti į kitą kambarį (prieš tai pasirūpinus vaiko saugumu), su skaičiuoti iki dešimt, paprašyti kito suaugusio žmogaus pagalbos ar

tiesiog kelis kartus giliai įkvėpti;

- Įsivaizduokite savo jausmus, jeigu bosas su jumis kalbėtų panašiu tonu: „Greitai ateik čia!“, „Tik pabandyk dar sykį taip pasielgti!“, „Ar tu kvailas ar ką? Aš tau juk milijoną kartų sakiau taip nedaryti!“, „Ar tu ką nors sugebi padaryti teisingai?“, „Baik užkandžiauti ne pietų metu. Gal nori visą gyvenimą būti stora kiaule?“ Ar dar norite panašiai kalbėtis su savo vaiku?

Vaikų auklėjimas ir rūpinimasis jais yra sunkus darbas, kuriam tėvai kasdien susiduria su vis naujais iššūkiais ir reikalavimais. Tėvams ypač sunku, jei jų emociškai nepalaiko kiti šeimos nariai ar draugai. Be to, tėvystės įgūdžius, kaip ir daugelį kitų dalykų, mes perimame iš savo tėvų. Kai kuriais atvejais toks „palikimas“ būna labai menkas ir tenka beveik viską pradėti nuo nulio.

Svarbiausia suvokti, jog neprivalome siekti tobulybės.

Pakanka būti geru tėvu ar motina. Tuo pačiu tenka įsisąmoninti, jog nereikia norėti tobulo vaiko. Būtina vertinti ir mylėti vaiką tokį, koks jis yra. Reikalaudami iš vaiko tobulybės, galime jam skaudžiai pakenkti.

Tėvystė – ilga kelionė, kurios metu nuolatos tenka mokytis. Todėl turime skirti pakankamai dėmesio ir laiko vaikui bei jo problemų pažinimui. Informacijos apie vaikų auklėjimą, raidos ypatybes bei atsakymus į kitus tėvams rūpimus klausimus galima surasti bibliotekose, knygynuose, laikraščiuose, žurnaluose ar internete. Neretai savo patirtimi pasidalija ir kiti tėvai. Svarbu suvokti, jog kiekviena šeima yra unikali tiek savo struktūra, tiek joje susiformavusiais santykiais. Todėl tėvai, panaudodami įgytas žinias, privalo atsižvelgti į šiuos veiksnius ir turi lanksčiai taikyti naują patirtį. Geriausias palydovas šiame kelyje būtų motinos bei tėvo meilė vaikui ir intuityva. Nuoseklios tėvų pastangos ir sąmoningumas padės jiems išvengti auklėjimo klaidų, apsaugos vaikus nuo emocinės prievartos.

Seksualinė prievarta

- Išprievartavimas;
- Mėginimas išprievartauti;
- Lytinių organų demonstravimas;
- Leidimas ar skatinimas žiūrėti pornografinius filmus, žurnalus;
- Vaiko panaudojimas pornografijai.

Pokalbis su vaiku apie seksualinę prievartą

Pokalbis su vaiku apie seksualinę prievartą yra svarbi prevencijos dalis. Tinkamai ir laisvai kalbėti šia tema gali tik gerai pasiruošęs specialistas, kuris suteiks vaikui jo amžių atitinkančių žinių. Tačiau ką daryti, kai tokių profesionaliai parengtų specialistų nėra arba jų nedaug? Viena išeitis yra tėvų pokalbis su vaiku šia tema. Juk tėvai geriausiai supranta savo vaiko poreikius, pažįsta jo mąstymą ir kalbą. Tad ir jų pokalbis apie seksualinę prievartą prieš vaikus gali būti puiki prevencijos forma. Tėvams tereikia šiek tiek drąsos ir žinių (svarbiausia, kad suteiktos žinios atitiktų vaiko amžių). Tačiau ruošiantis tokiam pokalbiui gali iškilti nemažai klausimų. Į kai kuriuos iš jų pamėginsime atsakyti.

Ar neišgąsdinsiu savo vaiko be būtino reikalo pasakodamas apie seksualinę prievartą?

Kartais sunku suvokti, jog vaiko mokymas apie seksualinę prievartą yra toks pat svarbus, kaip ir bet kurios kitos su sveikatos saugojimu bei saugumu susijusios taisyklės.

Todėl būtina įveikti savo vidinį nusiteikimą ir pasipriešinimą. Pavyzdžiui, mes visai nesijaudiname gąsdindami vaikus įvairiomis eismo nelaimėmis. Tiesiog paaiškiname, jog automobiliai gali būti pavojingi ir dėl to sukurtos tam tikros saugaus eismo taisyklės.

Tad ir seksualinės prievartos temą galima pailustruoti kasdieni-

nio gyvenimo pavyzdžiais bei įtraukti ją į bendrus pokalbius apie saugumą. Toks sprendimas bus tikrai geresnis už vienintelę paskaitą, kurios metu bus kalbama apie nenatūralų tiek tėvams, tiek vaikui, dalyką.

Kaip reikia kalbėti apie seksualinę prievartą?

Pirmiausia būtina pačiam susipažinti su pagrindiniais šios temos faktais, tinkamai apdoroti šią informaciją. Tik tuomet bus galima apie tai kalbėti su savo vaikais.

Beje, kalbėti reikia savo žodžiais ir sau būdingu būdu. Kitaip ir tėvai, ir vaikas jausis nejaukiai.

Ką vaikas turi žinoti?

Pirma. Jo kūnas priklauso tik jam ir niekas neturi teisės jo liesti be leidimo.

Vaikai tradiciškai buvo mokomi paklusti ir patenkinti suaugusiųjų reikalavimus. Tačiau jie privalo žinoti, jog visada turi teisę pasakyti NE, kai kalbama apie prisilietimą prie jų kūno. Net jei prisilietimas yra atsitiktinis ar vaiką liečia jam artimas suaugęs žmogus, kuriuo vaikas pasitiki.

Tad vaikai turi žinoti kūno dalių pavadinimus. Visai nesvarbu, ar tai yra tikslūs ir taisyklingi pavadinimai, ar žodžiai, vartojami tik toje šeimoje. Vienas iš būdų įvardinti intymias kūno zonas gali būti pasakymas, jog joms priklauso viskas, ką dengia maudymosi kelnaitės ar kostiumas.

Antra. Prisilietimai gali būti skirtingi.

Iš pradžių galima papasakoti apie prisilietimus prie kūno, kurie nuteikia maloniai (draugiški apkabinimai, guodimas, nuraminimas).

Vėliau reikia atkreipti dėmesį į skaudžius prisilietimus (smūgiai, žnaibymasis).

Tada galima aptarti prisilietimus, kurie vaikui sukelia kutulio, ne-

patogumo, baimės ar dar nepatirtus jausmus.

Su vaiku galima aptarti jo reakciją, jei kas nors prisilies prie intymių kūno vietų (pvz., galimos įvairios variacijos: prisiliečiama netyčia arba prieš tai išreiškiant neįprastą pageidavimą).

Trečia. Vaikas, remdamasis savo jausmais, gali gana tiksliai įvardinti prisilietimo pobūdį. Jei vis tik išskyla kokių nors nesusipratimų, jis bet kada gali kreiptis į suaugusį žmogų, kuriuo pasitiki.

Dauguma vaikų, net ir maži, gali pasakyti, kada kito asmens prisilietimas, pageidavimas ar kitokie veiksmai juos gąsdina, sukelia dar nepatirtus jausmus ar priverčia pasijusti nejaukiai. Tad telieka padrašinti jų pasitikėjimą šiais jausmais. Tai padeda atpažinti grėsmę keliančius veiksmus, kurie gali perspėti apie didelę seksualinės prievartos tikimybę.

Labai naudinga su vaiku žaisti žaidimą „Kas būtų, jeigu...“. Jis padeda įvardinti vaiko jausmus, o tuo pačiu mažylis išmoksta kaip tinkamai elgtis vienoje ar kitoje situacijoje. Pavyzdžiui, galima užduoti tokį klausimą: „Kas bus, jeigu kas nors uždės savo ranką ant tavo užpakalio?“ Tuomet vaikas gali apgalvoti įvairius savo reakcijos variantus ir pateikti savo pasiūlymus, kuriuos galima priimti arba pakoreguoti (pvz., pasakyti „Man tai nepatinka!“ arba pabėgti ir kam nors papasakoti apie šį įvykį).

Ketvirta. Vaikas turėtų papasakoti savo tėvams ar patikimiems suaugusiems žmonėms apie tuos asmenis, kurių elgesys jį priverčia jaustis nepatogiai.

Vaikas turi teisę būti išklaustytas. Pageidautina, kad jis nesivaržydamas klaustų apie suaugusio žmogaus veiksmus, kurie vaiką trikdo. Net jei tie veiksmai ar elgesys nėra susiję su seksualine prievarta.

Pavyzdžiui, jei vaikui drausime paklausti apie tetos „ūsus“, jis neišdrįs pasidomėti arba kam nors papasakoti apie įtartinę dėdės norą pasisodinti jį ant kelių, kai kambaryje be jų nieko daugiau nėra.

Penkta. Prašymas vaiką išsaugoti nemalonią jam paslaptį gali būti susijęs su seksualinės prievartos pavojumi.

Vaiko įsitraukimas į paslapties saugojimą yra vienas iš pagrindinių galimos ar aktualios seksualinės prievartos prieš vaiką užuominų.

Nei suaugęs žmogus, nei vyresnis vaikas neturi teisės reikalauti iš vaiko laikyti paslapyje nemalonių jam dalykus.

Būtina paaiškinti vaikui skirtumą tarp „geros“ ir „blogos“ paslapties:

- Gera paslaptis susijusi su maloniais, linksmais ir teigiamai jaudinančiais išgyvenimais, kai vėliau ja pasidaliname su kitais (pvz., gimimo dienos siurprizas).

- Bloga paslaptis išgyvenama kaip slegianti našta, kuri neleidžia vaikui jaustis gerai. Ja niekada neketinama pasidalinti su kitais. Tad vaikas turėtų pasakyti: „Ne! Mano šeima neleidžia turėti blogų paslapčių.“

Seksualinę prievartą patyrusio ar patiriančio vaiko elgesyje gali atsispindėti šie jausmai:

Baimė

Vaikas gali bijoti:

- Prievartautojo (siekiant sukliudyti vaikui atskleisti prievartos faktą, jis dažnai gąsdinamas grėsme jo tėvų, mylimo gyvūno ar net jo paties gyvybei);

- Tapti visų bėdų ir rūpesčių priežastimi (vaikas jaučiasi kaltas dėl to, kas įvyko ir bijo savo šeimos atstūmimo);

- Prarasti jam svarbius suaugusius žmones (prievartautojas vaikui gali būti labai artimas žmogus, tad vaikas bijo, kad jį uždarys į kalėjimą);

- Būti atskirtas nuo savo šeimos ir namų;

- Būti kitokiu nei kiti vaikai (dėl patirtos prievartos vaikai gali pasijusti esą kitokie nei normalūs vaikai).

Pyktis

Vaikas gali išreikšti pyktį:

- Prievartautojui;

- Artimiesiems ir savo aplinkos žmonėms, kurie jo nesugebėjo ap-

ginti;

- Sau (dėl to, jog gali būti įsitikinę, kad dėl jo kaltės ir „užvirė visa ši košė“).

Izoliacijos jausmas

Vaikas gali jaustis vienišas ir atskirtas nuo kitų, nes:

- Jaučia, kad kažkas su juo yra negerai;
- Jaučiasi vienišas savo skaudžiame patyrimo;
- Jam sunku kalbėti apie tai, kas įvyko.

Liūdesys

Vaiko liūdesys gali būti susijęs su tuo, kad jis:

- Jaučiasi taip, lyg iš jo būtų kažkas atimta;
- Jaučiasi lyg praradęs dalelę savęs;
- Jaučiasi per greitai žengiantis į suaugusiųjų pasaulį;
- Jaučiasi išduotas jam artimų žmonių, kuriais pasitikėjo;
- Įsitikinęs, jog visi žino apie tai, kas su juo įvyko.

Jausmų sumaištis

- Prievartautojas vaikui gali būti artimas žmogus, todėl vaiko jausmai jo atžvilgiu gali būti labai įvairūs;

- Seksualinė veikla vaikui gali pasirodyti visai maloni (jei prievartautojas nenaudojo prievartos ar jėgos), tad jos neteisėtumo atskleidimas gali sukelti prieštarigus jausmus;

- Vaikas gali suvokti, jog suaugęs žmogus elgiasi neteisingai, tačiau vaikui sunku jam paprieštarauti ir pasakyti „ne“.

Kaltė

Seksualinės prievartos atvejais vaikas gali kaltinti save dėl to, kad jis:

- Jaučiasi esąs „blogas“ (Vaikas dažnai nejaučia skirtumo tarp „aš kažką padariau blogai“ ir „kažkas blogo atsitiko su manimi“. Kartais prievartautojas pasako vaikui, jog tėvai jo tikrai nemylės už tokį „blogą“ elgesį, tad geriau apie jį niekam nepasakoti);

- Negalėjo sustabdyti prievartos;
- Papasakojo apie tai, kas įvyko (jei atskleidė tiesą);

- Slėpė tai, kas įvyko (jei kurį laiką neatskleidė tiesos);
- Sulaužė kokią nors taisyklę ar susitarimą su tėvais (pvz., jam buvo liepta niekur neiti su nepažįstamais žmonėmis).

Tokios kaltės atveju būtina užtikrinti vaiką, jog jis vis tiek nėra kaltas ir atsakingas už tai, kas su juo įvyko.

Gėda

Seksualinę prievartą patyręs vaikas gali išgyventi gėdos jausmą dėl to, kad:

- Šie išgyvenimai tapo jo patirties dalimi;
- Prievartos metu patyrė tam tikras jam dar nepažįstamas savo kūno reakcijas.

Seksualinės prievartos socialinės pasekmės

Patirta seksualinė prievarta gali tapti pagrindine vaiko sunkumų socialiniame gyvenime priežastimi. Nustatyta, jog prievartos aukos dažniau nei jų bendraamžiai susiduria su kitomis, neretai tarpusavyje susijusiomis, socialinėmis problemomis: piktnaudžiavimu narkotinėmis medžiagomis, alkoholiu bei tabaku, depresija, savižudybe, mokyklos nelankymu, paauglių nėštumu, skyrybomis šeimoje, nepakankamu socialiniu aprūpinimu, benamyste, lytiniu keliu plintančiomis ligomis, pabėgimu iš namų, išitraukimu į nusikalstamą veiklą ir t.t.

Žiniasklaida kiekvieną dieną praneša apie šias visuomenės piktžaiždes. Panašios informacijos srautas yra toks intensyvus, kad dauguma jos priėmėjų tarsi atbuko ar užsidėjo abejingumo šarvus. Tad mūsų visų dėmesio ar didesnio rezonanso paprastai susilaukia tik išskirtiniai įvykiai bei atvejai. Todėl visai nenuostabu, kad būtent apie juos žiniasklaida ir stengiasi informuoti visuomenę. Taip sukasi šis užburtas ratas, kuris ne tik kad nepadedą išspręsti minėtų socialinių problemų, bet ir trukdo įvertinti jų pasekmes. O jos iš tiesų yra milžiniškos. Galime išvelgti kelis socialinių problemų padarinių aspektus:

- Bendra visuomenės bei atskiro individo sveikata ir jai daroma

žala;

- Tiesioginiai ekonominiai nuostoliai, susiję su sumažėjusiu produktyvumu, socialinės paramos bei pagalbos, pažeidėjo įkalinimo ar priežiūros paskyrimo kaina;
- Emocinė, psichologinė, moralinė žala individui, šeimai, visuomenei.

Kaip matome, tikrai ne viską galime įvertinti ir pamatuoti mūsų visuomenėje plačiai paplitusiu matu – naudos ar nuostolių pinigine išraiška. Galbūt todėl mes linkę nuvertinti šiuos, neva sunkiai „apčiuopiamus“, nuostolius. Taip pamirštame ir praleidžiame itin svarbias socialinių problemų ir jų pasekmių sritis.

Seksualinė prievarta prieš vaikus yra viena iš sudėtingiausių socialinių problemų. Dar neseniai visuomenė šios temos atžvilgiu laikėsi griežtų tabu apribojimų (paprasčiausiai apie ją nebuvo kalbama). Tačiau netrukus paslapties skraistė buvo atidengta, ir seksualinės prievartos prieš vaikus atvejai vis dažniau išskildavo į viešumą. Iš pradžių seksualinė prievarta buvo tyrinėjama kaip atskiras fenomenas, tačiau daugėjant žinių ir informacijos ta tema prieita prie išvados, jog būtinas daug platesnis požiūris į šią problemą. Taip atsirado nemažai tyrimų, kurių duomenys pagrindžia patirtos seksualinės prievartos įtaką kitų, ne mažiau rimtų socialinių problemų atsiradimui. Toliau glaustai aptarsime socialines problemas, kurių priežastimi gali būti seksualinė prievarta prieš vaiką.

Nesėkmės mokykloje arba mokyklos nelankymas

Seksualinę prievartą patyrę vaikai gali susidurti su mokymosi sunkumais. Be to, seksualinę prievartą patyręs vaikas dėl problemų šeimoje, nesėkmių mokymosi procese ir kitų priežasčių gali iš viso nebelankyti mokyklos.

Rūkymas

Rūkymas yra labai susijęs su neigiama vaikystės patirtimi (pvz., seksualinė, emocinė ar fizinė prievarta, tėvų skyrybos, svaiginančių-

jų medžiagų vartojimas namuose, šeimos nario įkalinimas ir pan.).

Narkotinių medžiagų ir alkoholio vartojimas

Seksualinę prievartą išgyvenusiems vaikams rizika vartoti įvairias svaiginančias medžiagas padidėja tris kartus.

Nusikalstama veikla

9-12 metų amžiaus grupėje prievartą ar nepriežiūrą patyrę vaikai net 67 kartus dažniau yra sulaikomi dėl padarytų nusikaltimų.

Paauglių nėštumas

62 procentai nėščių bei vaikus jau auginančių paauglių dar prieš savo nėštumą patyrė išprievartavimą arba mėginimą išprievartauti. 11-20 procentų merginų nėštumas buvo tiesioginė išprievartavimo pasekmė.

Seksualinė prievarta prieš vaikus socialinės rūpybos įstaigose

Tenka konstatuoti skaudų faktą, jog vaikų nuo seksualinės prievartos kartais nesugeba apsaugoti net ir įstaigos, kurių tiesioginė funkcija yra pasirūpinti joms patikėtų vaikų saugumu ir gerove. Atskleisti ir ištirti tokius atvejus itin sunku dėl vaikų rūpybos bei globos įstaigų uždarumo, darbuotojų vengimo viešumoje spręsti bet kokias išskylančias problemas.

Pabėgimai iš namų

Prievartą ir nepriežiūrą patyrę vaikai du kartus dažniau pabėga iš namų nei jų bendraamžiai.

Prostitucija

Vaikų prievartos prevencijos centras JAV pateikia informaciją, jog 95 procentai paauglių prostitučių yra patyrusios seksualinę prievartą.

ŽIV ir AIDS atvejai

1 iš 5 visų atskleistų AIDS atvejų diagnozuojamas 20-29 metų amžiaus grupėje. Priminsime, jog nuo užsikrėtimo ŽIV infekcija iki AIDS diagnozės gali praeiti net 10 metų inkubacinis periodas. Tad nemažai AIDS sergančių dvidešimtmečių šia mirtina liga užsikrėtė arba buvo užkrėsti dar vaikystėje ar paauglystėje.

Lytiniu keliu plintančios ligos

Alan Guttmacher instituto duomenimis, kiekvienais metais JAV lytiniu keliu plintančiomis ligomis užsikrečia 3 milijonai paauglių.

Žema savigarba bei depresijos ir savižudybės atvejai

- Prievartą patyrusioms merginoms, lyginant jas su bendraamžėmis, du kartus dažniau būdinga:
 - Menkas pasitikėjimas savimi;
 - Depresijos simptomai;
 - Dalyvavimas išgertuvėse arba didelių vaistų dozių vartojimas.
- Seksualinę ar fizinę prievartą patyrusiems paaugliams (vaikims) būdinga:
 - 3 kartus didesnė depresijos tikimybė;
 - 2 kartus dažniau pasitaikančios mintys apie savižudybę;
 - Polinkis 4 kartus dažniau dalyvauti išgertuvėse arba vartoti įvairius vaistinius preparatus.

Prie išvardintų socialinių problemų būtų galima pridėti ir kitus sunkumus, kuriuos savo kasdieniniame gyvenime patiria seksualinės prievartos aukos. Kartais problemų būna tiek daug ir jos tokios įvairios, jog dažnai pamirštama pagrindinė jos priežastis – vaiko išgyventa seksualinė prievarta. Tad sprendžiant panašius sunkumus, būtina atsižvelgti į šį faktorių. Be to, pirminė seksualinės prievartos prieš vaikus prevencija gali padėti išvengti kai kurių socialinių problemų ateityje ar bent ženkliai sumažina jų tikimybę.

Nepriežiūra

- Nesirūpinimas maitinimu;

- Nesirūpinimas apranga;
- Nesirūpinimas sveikata;
- Išvijimas ar mėginimas išvyti iš namų.

Ką Jūs žinote apie vaikus ir smurtą?

1. Vaikai retai įvykdo smurtinius užpuolimus. Paprastai vaikai patys tampa smurto aukomis.

2. Jei vaikai yra baudžiami fizinėmis bausmėmis, jie yra labiau linkę į agresyvumą ir smurtą prieš kitus. Griežta, žeminanti disciplina, įskaitant fizines bausmes, padidina vaikų riziką smurtauti.

3. Nemažai vaikų yra užpuolami mokyklose.

4. Vyrai dažniau yra linkę į agresyvumą. Didžioji smurto dalis yra įvykdyta vyrų. Tai paaiškinama tuo, kad vyrai trokšta pasirodyti „tvirti ir drąsūs“.

5. Stebint smurtą televizoriaus ekrane ar žaidžiant kompiuterinius žaidimus su smurto elementais, vaikai tampa agresyvesni. Dauguma yra įsitikinę, kad matydami daug smurto ir prievartos, vaikai gali išmokti tai priimti kaip normalų reiškinį bei pradėti kopijuoti tai, ką mato.

Smurtas namuose

Fizinis smurtas – mušimas, spardymas, ar tyčinis vaiko skriaudimas bet kokių būdu – dažniausiai pasireiškiantys smurto būdai.

- Labai dažnai 7-erių metų vaikai yra mušami koku nors daiktu, (diržu ar lazda);

- Vaikai, įrašyti į vaikų teisių apsaugos įskaitą, kasmet kentėdavo fizinį smurtą.

- Seksualinis vaikų išnaudojimas taip pat dažnai susijęs su smurtu.

- Jaunesni nei 5 metų vaikai dažnai miršta dėl tėvų nerūpestingumo.

Dažnai tėvai teisinasi dėl vaikų sužeidimų: „Jis suklypo ant laip-

tų“, „Ji atsitrenkė į duris“, „Jis paslydo vonioje“. Kai kurie tėvai dėl smurtinių veikslių aiškinasi: „Aš truputėlį per daug išgėriau“, „Aš tik praradau kantrybę“.

Smurtas prieš vaikus nepateisinamas niekur ir niekada!

Ką jūs galite padaryti?

- Jei Jūs esate linke į smurtą, ar jaučiate, kad galite smurtauti prieš vaiką, jums reikalinga pagalba ir parama. Jūs privalote kreiptis į specialistus.

- Tėvai kartais nerimauja, kad iš jų bus atimti vaikai. Tačiau tai turėtų būti taikoma tik kaip neišvengiama priemonė problemai išspręsti.

- Jei Jūs nuolat jaučiate stresą ir pyktį bei jaučiate, kad galite prarasti savitvardą, patariame:

- skaičiuokite iki 10 ir giliai įkvėpkite. Suteikite sau ir vaikui „pertraukėlę“;

- pakalbėkite su draugu ar giminaičiu ir papasakokite kaip Jūs jaučiatės;

- suraskite būdą atsipalaiduoti. Tai gali būti įvairūs pratimai, muzikos klausymas, puodelis arbatos, karšta vonia ar bet kas, kas Jums tinka;

- prisiminkite tai, kas susiję su teigiamais jausmais vaikui, kas sukelia džiaugsmą ir meilę jam;

- stresines situacijas sumažina jumoras;

- atraskite laiko nusiramimui.

- Prašykite pagalbos. Būti tėvais – tai didžiulis išipareigojimas savo vaikams, turite jausti atsakomybę už jų ateitį. Jei Jūs patyrėte smurtą ir prievartą būdamas vaikas, pasistenkite užtikrinti, kad Jūsų vaikas nebekentės dėl to paties.

- Jei įtariate, kad vaikas auga aplinkoje, kur yra smurtaujama, padėkite tam vaikui. Nebūkite abejingi.

- Apie smurtą praneškite policijai, socialinei tarnybai, vaikų teisių apsaugos tarnybai.

Smurtas šeimoje

- Smurto šeimoje atvejų labai padaugėjo per pastaruosius 15 metų.
- Kai kuriems vaikams smurtas šeimoje baigiasi tragedija – motinos mirtimi. Ne mažiau kaip pusė tokio smurto atvejų baigiasi tuo, kad vaikai taip pat patiria skriaudą.
- Vaikams reikalinga šilta aplinka tam, kad jie patys užaugę būtų geri tėvai, jaustų atsakomybę ir meilę savo vaikams. Netgi jei yra skriaudžiami ne patys vaikai, jie, būdami liudininkais, kai skriaudžiamas jiems mylimas žmogus, įgyja žalojančią patirtį.
- Vaikai beveik visada žino apie vykstantį smurtą, nors suaugusieji galvoja, kad jie tai nuslepia.

Ką jūs galite padaryti?

- Turite padaryti viską, ką galite, kad apsaugotumėte savo vaiką. Jei Jūsų vaikas nors kartą rimtai buvo sužeistas, sumuštas ar suspardytas, nepriklausomai nuo priežasties, pasirūpinkite, kad jam būtų suteikta reikiama medicininė pagalba ir priežiūra.
- Vaikai gali pradėti bijoti pykčio ar visiškai prarasti pasitikėjimą. Jie gali jaustis kaltais ir tapti atsiskyrėliais arba linkusiais į depresiją. Kiti gali patys tapti agresyvūs.
- Požiūris į smurtą šeimoje pasikeitė. Jūs turite teisę gyventi saugioje aplinkoje. Nebijokite siekti pagalbos.
- Neturėtumėte skubėti ir nedelsiant palikti namus ar nutraukti ryšius. Jūs turite ieškoti pagalbos bei patarimų apie savo ir savo vaikų apsaugą.
- Vaikai beveik visada žino apie vykstantį smurtą, nors suaugusieji galvoja, kad jie tai nuslepia. Reikia būtinai su vaiku pakalbėti apie tai, ką jis jaučia.
- Tose šeimose, kuriose yra smurtaujama, vaikų priežiūra yra bloga.
- Jei Jūs sužinojote apie smurtą gretimame bute ar name, būtinai kreipkitės į specialistus pagalbos.

Smurtas mokykloje

- Užpuolimai ar kiti smurtiniai veiksmai vis dažniau įvyksta daugelyje mokyklų. Tai vyksta net tarp jaunesnių nei 15-kos metų paauglių.
- Užpuolimas yra apgalvotas veiksmas, siekiant išgąsdinti ar sužeisti. Jis gali būti tiek fizinis, tiek psichologinis. Tai sukelia sunkias pasekmes, nelaimės.
- Kai kada vaikai žūsta nuo kankintojų rankos, o kai kada patys nusižudo, nepakeldami smurto.

Ką Jūs galite padaryti?

- Rimtai žiūrėti į bet kokį smurtą mokykloje;
- Pasikalbėti su savo vaiku apie tai, kas vyksta mokykloje ir atidžiai jį išklaustyti. Priminkite jam, kad esate jo pusėje ir kad visada tikėsite tuo, ką jis jums sako;
- Pasikalbėkite apie tai su vaiko mokytoju ar direktoriaus pavaduotoju. Ieškokite pagalbos.

Jei Jūsų vaikas buvo užpultas...

- Pasakykite vaikui, kad tai ne jo kaltė;
- Padėkite vaikui rasti būdų susidoroti su smurtu, pasiūlykite keletą išeičių iš susidariusių situacijų;
- Neskatinkite agresyvaus atsakymo į užpuolimą. Tai greičiausiai tik pablogins situaciją;
- Jei problema egzistuoja, neignoruokite jos. Tai sudaro sąlygas užpuolikui tęsti savo darbą, nes jis mano, kad užpuolimas yra priimtinas veiksmas;
- Praneškite apie užpuolimą mokyklai. Į problemos sprendimą įtraukite vaiko mokytoją ir kitų vaikų tėvus;
- Skatinkite vaiko pasitikėjimą savimi.

Jei Jūsų vaikas – užpuolikas...

- Išaiškinkite vaikui, kad užpuldinėjimas yra nepriimtinas. Paabrėžkite, kad Jūs jį mylite ir norite, kad jis to nedarytų;
- Pagalvokite apie tai, kas galėtų Jūsų vaiką versti taip elgtis. Gal kas vyksta mokykloje, namuose. Išsiaiškinkite, kas verčia taip elgtis:
 - ar vaikas gauna pakankamai teigiamo dėmesio iš Jūsų;
 - gal Jūsų vaikas galėjo išmokti agresyvaus elgesio iš Jūsų ar kitų suaugusiųjų namie ar kaimynystėje.
- Ar paaiškinote savo vaikui, koks rimtas ir žalojantis reiškinys yra užpuldinėjimas? Paprašykite jo išsivaizduoti, kaip jaučiasi užpultas. Pasakykite, kaip Jūs norėtumėte, kad jis elgtųsi.

Smurtas bendruomenėje

- Nemažai vaikų buvo užpulti bendraamžių. Dauguma užpuolimų įvyko netoli mokyklos ir buvo susiję su spardymu, draskymu ar mušimu. Dauguma vagysčių, daugiausia pinigų, taip pat buvo įvykdyta mokyklose.
- Daug vaikų buvo užpulti suaugusiųjų. Apie smurtą sužinome iš kriminalinės statistikos, bet tai neapėmia visų įvykių. Ypač tais atvejais, kai skriaudžiami patys jauniausi ir labiausiai pažeidžiami vaikai.
- Vaikui užtenka išeiti per laukines duris ir jis jau gali būti įtrauktas į nusikaltimą.
- Dauguma tėvų bijo dėl savo vaikų saugumo, nepasitiki net kaimynais. Jie susiduria su gąsdinančiais smurto pavyzdžiais beveik kiekvieną dieną. Kyla susirūpinimas dėl padidėjusio prieinamumo prie narkotikų, ginklų. Tėvai daugelyje vietovių tiesiog bijo išleisti savo vaikus vienus.

Ką Jūs galite padaryti?

Mokykite vaikus paprastų saugumo pamokų:

- Išvengti problemų, ypač muštynių;
- Jei įmanoma, nekreipti dėmesio į pasityčiojimus ir užgauliojimus.
- Įsitikinkite, kad Jūsų vaikas Jums sako teisybę:
 - su kuo eina,
 - kur eina,
 - ir kada sugrįš.
- Paaškindite apie neteisėtą ginklą, tokių kaip peiliai bei šautuvai, laikymo pavojų. Jei Jūsų vaikas turi neteisėtą ginklą, atimkite jį. Jei vaikas bijo būti be ginklo, kreipkitės į policiją patarimo.
- Skubiai susisiekite su policija, jei pamatote, kad vaikas ar jaunas žmogus buvo užpultas.
- Susivienykite su kitais tėvais tam, kad galėtumėte išsiaiškinti, kaip situaciją pataisyti.
- Jei Jūsų vaikas buvo sunkiai sužeistas, skubiai kreipkitės medicininės pagalbos ir praneškite apie tai policijai.

Tėvai gali išspręsti daugelį problemų.

Teigiamas auklėjimas

- Vaikai, kurių tėvai yra mylintys savo šeimą ir nustato teisingas bendravimo taisykles, užauga atsakingais žmonėmis;
- Teigiamas auklėjimas – teisingų įpročių mokymas, skatinimas būti dėmesingiems kitų atžvilgiu. Tai netaikoma pataikavimo sąvokai;
- Atsiminkite, kad vaikai didžiąją dalį veiksmų išmoksta kopijuodami suaugusiuosius. Nuolat prarasdami savitvardą, keikdamiesi ar puldinėdami kitus, Jūs galite savo vaikus išmokyti lygiai taip pat elgtis. Niekas nėra tobulas, ir mes visi kartais klystame. Atsiprašykite ir paaškindite, kodėl poelgis buvo blogas.

„Berniukai liks berniukais“

Kai kurie tėvai berniukus ir mergaites auklėja skirtingai ir moko skirtingų elgesio taisyklių. Kodėl mergaitėms verkti galima, o berniukams ne? Kodėl berniukai yra mokomi kovoti už save, kai mergaitėms aiškinama, kad muštis negražu? Tokie stereotipai yra įdiegti visur, todėl tėvai turėtų papildomai pasvarstyti, kaip reiktų auklėti vaikus, jei jie nori, kad jų sūnūs būtų rūpestingi ir jausmingi, o dukros būtų pasitikinčios ir ginančios savo teises.

Žaislai ir žaidimai

- Tyrimais nustatyta, kad žaidimas su tam tikrais žaislais kaip ginklai ar kardai gali padidinti žaidimo agresyvumo lygį.
- Dauguma tėvų sako, kad pasiduoda vaikų poreikiams ir perka tokius žaislus. Labai svarbu žinoti, kad nebūtina pirkti vaikams žaislų, kurie primena daiktus, skirtus sužeisti kitiems. Jūsų vaikui svarbu žinoti Jūsų požiūrį į tai.
- Naminiai gyvūnėliai, tokie žaislai kaip įvairūs nameliai, žaidimai ant lentos skatina bendravimo įpročius.

Vaikai ir televizija

Pasidomėkite, ką jūsų vaikas žiūri per televizorių, mokykite jį diskutuoti ir kritiškai vertinti situacijas, rodomas per televiziją. Jūsų komentarai ir kritika smurtui padės vaikui susigaudyti ir teisingai vertinti tai, ką jis mato.

Stenkitės išsaugoti taiką

Paskatinkite vaikus būti neagresyviais, jausmingais ir tolerantiškais. Svarbu parodyti gerą pavyzdį ir sukurti namie kuo taikesnę atmosferą. Mokykite vaikus gerbti kitus.

Pasitikėkite vaikais

Jūs galite išugdyti socialinius įgūdžius ir išvystyti vaikų pasitikėjimą:

- rodydami jiems savo meilę;
- praleisdami kuo daugiau laiko su vaiku bei darydami tai, ką vaikas mėgsta;
- suteikdami vaikams šiek tiek laisvės ir padrašindami;
- negailėdami gerų žodžių bei kitų paskatinimo priemonių už pastangas ar pasiekimus.

Mokykite vaikus ginti savo teises

Labai svarbu išaiškinti vaikui, kaip apginti savo tiesą, gerbiant kitų pažiūras. Nepersistenkite priklijuodami vaikui etiketę „gražus berniukas“, „gera mergaitė“. Tai gali kai kuriems vaikams sukelti pyktį dėl pataikavimo kitiems, jie gali prarasti suvokimą apie tai, kas yra tiesa. Vaikai turi išmokti apginti savo teises ne agresyviu būdu. Kartais užtenka netgi frazės „Man nepatinka, kai tu mane stum dai“.

Klausykimės vaikų

Niekada nekaltinkite vaikų ir padarykite viską, kad jie nebūtų skriaudžiami. Nenuleiskite rankų tol, kol nebūssite įsitikinę, kad Jūsų vaikas yra saugus. Sustabdykite smurtą bei prievartą.