

## Apžvalginė lentelė

Pavadinimas	Tikslinė grupė	Apžvalga	Vertinimas ir refleksija
<b>Judrieji debatai</b>	• 10–12 metų vaikai	Užsiėmimo tikslas – paskatinti vaikus kritiškai įvertinti savo nuostatas apie lytis ir smurtą lyties pagrindu.	Vedėjas gali pritaikyti teiginius pagal dalyvių poreikius, patirtis ar kultūrinį kontekstą. Vedėjas paskatins konstruktyvią diskusiją duotąja tema.
<b>Ribos</b>	• 10–12 metų vaikai	Šis užsiėmimas padės dalyviams suprasti asmeninių ribų svarbą bei sąvokos „komforto zona“ prasmę. Be to, dalyviai gebės vertinti, kaip skiriasi kiekvieno asmens kūniškos ir seksualinės asmeninės erdvės suvokimas.	Šio užsiėmimo tikslas – patyrinėti sąvokas „komforto zona“ bei tuo pačiu geriau suprasti savo pačių ir kitų žmonių asmenines ribas. Tai, kas priimtina vienam žmogui, kitą žmogų gali skatinti jaustis neįaukiami.
<b>Smurto lyties pagrindu pasekmės</b>	• 10–12 metų vaikai	Ši veikla padeda vaikams įvardyti mokykloje vykstančio smurto lyties pagrindu poveikį mokiniams ir apsvaistinti jo pasekmes.	Pabrėžkite, kad labai svarbu suprasti emocines smurto pasekmes. Supratę, kokį poveikį turi smurtas, lengviau susitapatiname su jį patiriančiais ir patys esame linkę rečiau smurtauti, toleruoti ar pateisinti smurtą kaip juoko ar erzinimą formą.
<b>Tiltas</b>	• 10–12 metų vaikai	Šis užsiėmimas skatina apmąstyti, kaip jaučiasi smurto lyties pagrindu aukos. Be to, užsiėmimas primena dalyviams, kad smurtas taip pat apima ir žodinį, arba psichologinį, užgauliojimą.	Vedėjas turėtų inicijuoti diskusiją klausdamas dalyvių, kaip jie jautėsi eidami po tiltu, bei kviesdamas svarstyti simbolines „buvimo po tiltu“ prasmes ir būsenas.
<b>Kamuoliuko mėtymas (veiklos „Smurto lyties pagrindu pasekmės“ tęsia)</b>	• 10–12 metų vaikai	Šis užsiėmimas teikia galimybę patyrinėti vaikų emocinius atsakus į klausimus, aptartus ankstesniame „Tilto“ užsiėmime.	Užsiėmimo pabaigoje vedėjas turėtų paklausti vaikų, ar užsiėmimas jiems patiko ir kodėl. Taip pat vedėjas gali paklausti, ar šis pratimas padėjo jiems geriau suprasti savo jausmus, kilusius diskutuojant apie smurtą lyties pagrindu.
<b>Išreikšk save!</b>	• 10–12 metų vaikai	Šis užsiėmimas paskatina vaikus galvoti apie pozityvias sąvokas, kurios siejasi su lyčių lygybe, ir apmąstyti lyčių lygybės sąvoką.	

## Užsiėmimai 10–12 metų vaikams

Pavadinimas: Judrieji debatai	
Trukmė:	20 min.
Tikslinė grupė:	10–12 metų vaikai
Tikslai:	<p>Šio užsiėmimo tikslas – paskatinti vaikus kritiškai įvertinti savo požiūrį į lytį ir smurtą lyties pagrindu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Informacija</li> <li>• Kritinis mąstymas</li> </ul>
Instrukcija	<p><b><u>Priemonės:</u></b> Nėra</p> <p><b><u>Nurodymai:</u></b> Paprašykite vaikų atsistoti patalpos centre. Vieną patalpos pusę pavadinkite „Sutinku“, kitą „Nesutinku“. Skaitykite žemiau esančius teiginius (arba sugalvokite savus) ir leiskite vaikams susirasti vietą patalpoje pagal tai, kiek jie (ne)sutinka su teiginiu. Paprašykite vaikų, kurie pasirinko pozicijas „Sutinku“, „Nesutinku“, „Neapsisprendžiu“, kad paašškintų savo pasirinkimus. Paskatinkite konstruktyvią diskusiją duotąja tema.</p> <p><b><u>Teiginių pavyzdžiai:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posakis „meti kamuoliuką kaip mergaitė“ yra tik posakis – jis nieko nereiškia.</li> <li>2. „Žaisčiau bet kokius sportinius žaidimus su bet kuo, nesvarbu, kokia būtų jo lytis“.</li> <li>3. Muštynės nėra blogis, jei tik niekas nėra sužeidžiamas.</li> <li>4. Berniukai niekada neturėtų mušti mergaičių.</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"><li>5. Mergaitės mažiau smurtauja nei berniukai.</li><li>6. Berniukai ir mergaitės į smurtą reaguoja skirtingai.</li><li>7. Mergaitės patiria daugiau smurto nei berniukai.</li><li>8. „Kartais sutemus bijau eiti namo“.</li></ol>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Vedėjas gali pritaikyti teiginius pagal poreikį, patirtį ir kultūrinį kontekstą ir paskatinti produktyvią diskusiją duotomis temomis.

**Šaltinio nuoroda:**

[ShoutOut Training Manual](#)

<b>Pavadinimas:</b>		<b>Ribos</b>
<b>Trukmė:</b>	20 min.	
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai	
<b>Tikslai:</b>	Ši veikla padės geriau suprasti asmeninių ribų svarbą bei „komforto zonos“ sąvoką. Be to, dalyviai gebės vertinti, kaip skiriasi kiekvieno asmens kūniškos ir seksualinės asmeninės erdvės suvokimas.	
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <p>Nėra</p> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia paprašykite vaikų pasidalyti į poras. Vedėjas vaikšto po patalpą ir priskiria vaikams skaičius 1 arba 2, tuo pačiu fiksuodamas atstumą tarp jų – iš pradžių jis turi būti per ištiestos rankos ilgį. Paaiškinkite, kad skaitysite nurodymus ir kad jie privalo jiems paklusti.</p> <p><b><u>Pirmieji nurodymai jiems:</u></b></p> <p>„Atsisukite vienas į kitą. Numeri 1, ženkite vieną žingsnį paeikite numerio 2 link“.</p> <p>Dabar paaiškinkite, kad vykdydami tuos ar kitus nurodymus jie <b>gali jaustis nejaukiai</b>. Jei kažkuriuo metu kuris nors vaikas atlikdamas veiksmą pasijus nejaukiai, jis gali liautis klausęs nurodymo arba gali perteikti judesiais savo būseną savo porininkui.</p> <p><b>Niekam nevalia kalbėti.</b></p> <p>Garsiai perskaitykite paeiliui tolesnius nurodymus ir skirkite šiek tiek laiko juos vykdyti.</p> <p>(a) Numeri 1 ir numerio 2, pasižiūrėkite vienas kitam į akis ir, jei galite, išlaikykite žvilgsnį per visą pratimą.</p> <p>(b) Numeri 1, uždėkite savo ranką ant numerio 2 peties. [Kiek palūkėkite.] Dabar nuimkite ranką.</p> <p>(c) Numeri 2, uždėkite savo ranką ant numerio 1 peties. [Kiek palūkėkite.]</p>	

Dabar nuimkite ranką.

(d) Numeri 1, ranka palieskite ir pajuskite numerio 2 veidą, patyrimėkite veido formą..

(e) Atitinkamas nurodymas numeriui 2.

(f) Numeri 1, ženkite vieną žingsnį numerio 2 link. [Kelias sekundes pastovėkite.] Dabar ženkite vieną žingsnį atgal.

(g) Atitinkamas nurodymas numeriui 2.

(h) Numeri 1, rankomis perbraukite per numerio 2 siluetą, nuo galvos iki kojų, lėtai.

(i) Atitinkamas nurodymas numeriui 2.

(j) Numeri 1, apeikite numerį 2 iš nugaros ir pamasažuokite jam pečius ir nugarą.

(k) Atitinkamas nurodymas numeriui 2.

(l) Numeri 1, paglostykite numerio 2 plaukus.

(m) Atitinkamas nurodymas numeriui 2.

(n) Numeri 1, paimkite numerio 2 ranką į savo rankas. Pajuskite kiekvieną jo rankos centimetrą, nuo riešo iki nagų ir atgal.

(o) Atitinkamas nurodymas numeriui 2.

(p) Numeri 1, apkabink numerį 2.

(q) Išskirkite poras.

Paprašykite, kad visi mokiniai sustotų ratu. Jei nori, jie gali susėsti.

### **Temos diskusijai**

- Kaip jautėsi numeriai 1?
- Kaip jautėsi numeriai 2?
- Kurį nurodymą buvo sunkiausia įgyvendinti?
- Ar jie atsisakė vykdyti kai kuriuos nurodymus? Kodėl, jų manymu, paklusti vieniems nurodymams buvo sunkiau nei kitiems?
- Ar manote, kad skirtingi žmonės tokiose situacijose jaučiasi skirtingai?  
Ar skirtųsi savijauta pratimo metu, jei tektų jį atlikti su kitos lyties

	<p>partneriu? O su tos pačios lyties? O skirtingos kultūros nei jūsų? Paaiškinkite.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ar kas nors bandė pratimo metu suprasti, kaip (ne)jaukiai jaučiasi partneris atliekant veiksmą? Ar tai buvo parodyta koku nors būdu? Jei partneris, su kuriuo buvo atliekami tam tikri veiksmai, jokios reakcijos nerodė, ar tai reiškia, kad jis/ji jautėsi gerai?</li> <li>- Paaiškinkite, kad svarbu stengtis suprasti, ar tas, su kuriuo bendraujame, sutinka su mūsų veiksmais ir ar jam/jai tai nesunku, nes tokiais atvejais svarbu gauti jo/jos sutikimą.</li> </ul>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Užsiėmimo pabaigoje vedėjas turėtų paaiškinti, kad veiklos tikslas buvo patyrinėti asmenines komforto zonos ribas ir suprasti kiekvieno žmogaus (taip pat ir savo) ribas. Tai, kas priimtina vienam žmogui, gali būti nepriimtina kitam žmogui ir versti jį jaustis nepatogiai.</p> <p>Tačiau skirtingi žmonės skirtingai: 1. Reaguoja į kitų asmenų veiksmus; 2. Duoda sutikimą ar neduoda jo, jeigu neįstengia to padaryti, taip pat jeigu jaučia savo ir kito jėgų disbalansą, kuris gali trukdyti parodyti veiksmais ar pasakyti, kad dėl kito veiksmų jie jaučiasi nepatogiai.</p> <p>Ribų suvokimas gali skirtis priklausomai nuo kultūrų skirtumų, dėl to labai svarbu ugdyti tarpkultūrinį jautrumą ir mokyti jaunas žmones prisiimti aktyvų vaidmenį kovojant su seksualine diskriminacija ir smurtu bei užtikrinant žmogaus teises ir taiką tarpkultūriniu požiūriu.</p>

### Šaltinio nuoroda:

„Ribos“ yra parengtos pagal užsiėmimą „Prisilietimas“, kuriuo pasidalijo lytiškumo ugdymo ekspertė Dora Djamil Mester, pristačiusi šį pratimą Italijoje 2014 rugsėjo mėn. *CESIE in Prizzi* (Palermo) surengtuose tarptautiniuose mokymuose. „Ribos“ įtrauktos į mokinių mokymo programą pagal projektą „CONVEY – Counteracting sexual violence and harassment: Engaging Youth in schools in digital education on gender stereotyping“, kurį kofinansuoja Europos Komisijos REC programa.

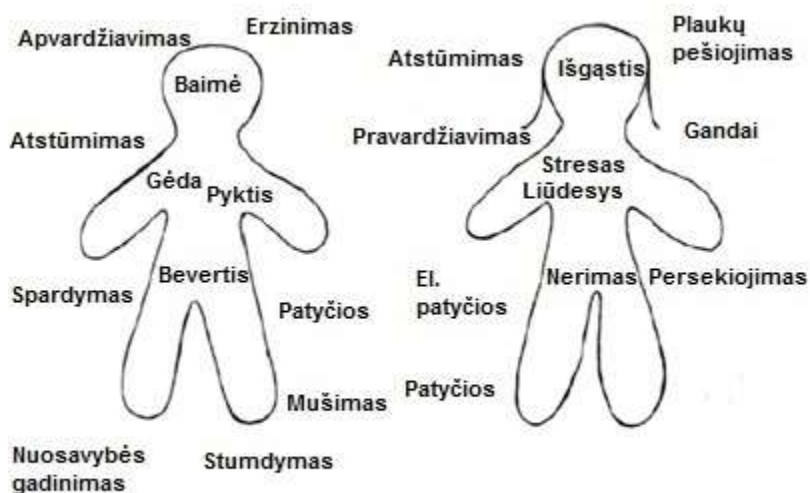
*This report was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014 - 2020). The content of this report represents the views of the author only and is his/her sole responsibility. The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*



Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union



<b>Pavadinimas:</b> Smurto lyties pagrindu poveikis	
<b>Trukmė:</b>	30 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padeda vaikams atpažinti fizinio ir psichologinio smurto lyties pagrindu mokykloje poveikį ir apmąstyti galimas jo pasekmes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Kritinis mąstymas</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tušti popieriaus lapai</li> <li>• Rašikliai/ žymikliai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Padalykite vaikus į grupes po 3–4. Paaiškinkite, kad šio užsiėmimo metu kalbėsitės apie skirtingas smurto formas, su kuriomis gali susidurti berniukai, mergaitės ir kiti mokiniai mokykloje bei jos prieigose. Vėliau jie įvardys jausmus, kurie kyla smurtą patiriančiam žmogui.</p> <p>Duokite kiekvienai grupei po lapą popieriaus (arba pasakykite, kad naudotųsi lapais iš savo sąsiuvinių). Perlenkite lapą perpus. Ant vienos pusės nupieškite moters siluetą, ant kitos – vyro siluetą.</p> <p>Erdvėje <b>už kūno ribų</b>, išvardykite įvairų įmanomą smurtą. Sudarykite skirtingus sąrašus berniukams, mergaitėms ir kitiems mokiniams. Priminkite mokiniams, kad įtrauktų įvairius fizinio smurto (pvz., trenkimas, spardymas...) ir žodinio bei psichologinio smurto (pvz., grasinimai, gandai, pravardžiavimas...) pavyzdžius.</p> <p>Silueto viduje surašykite visus jausmus, kokius šios smurto formos gali sukelti asmeniui, kuris jas patiria (pavyzdys žemiau).</p>



Per grįžtamojo ryšio etapą palyginkite, kokias smurto formas patiria berniukai, mergaitės ir translyčiai mokiniai.

1) Paprašykite pratimo dalyvių pasidalyti, ką jie sužinojo iš šio pratimo.

- Kokios smurto formos patiriamos dažniausiai? Ar jos tokios pačios berniukams, mergaitėms ir translyčiams asmenims?
- Koku būdu berniukai linkę smurtauti prieš kitus berniukus? Prieš mergaites? Prieš kitus žmones?
- Koku būdu mergaitės linkusios smurtauti prieš kitas mergaites? Prieš berniukus? Prieš kitus žmones?
- Ar pastebime dėsniumus?

Paprašykite, kad dalyviai pasidalytų mintimis.

### Vertinimas ir refleksija

Smurtas mokyklose, nesvarbu, koks – psichologinis, žodinis, fizinis ar seksualinis – turi daug neigiamų pasekmių tiems, kurie tą smurtą patiria. Smurtas gali padaryti žalą psichinei ir fizinei sveikatai, paveikti žmogaus gebėjimus mokytis. Jei gebėtume empatiškai suprasti tuos, kurie patiria



smurtą lyties pagrindu, mažėtų tikimybė, kad mes patys smurtausime ar toleruosime bet kokią smurto formą. Vyrų ir berniukų, moterų ir mergaičių bei translyčiai žmonės smurtauja ir patys patiria įvairų smurtą. Berniukai dažniau nei mergaitės patys smurtauja fiziškai ar patiria fizinį smurtą, o mergaitės dažniau patiria smurtą lyties pagrindu.

Pabrėžkite, kad labai svarbu suprasti emocines smurto pasekmes. Suvokdami smurto poveikį, lengviau susitapatiname su jo aukomis ir patys esame linkę rečiau smurtauti, toleruoti smurtą ar pateisinti jį kaip juoko formą arba erzinimą. Įvardyti elgesį kaip smurto formą ar patyčias – pirmasis žingsnis norint suprasti, kad toks elgesys nepriimtinas.

### Šaltinio nuoroda:

[CONNECT WITH RESPECT: Preventing gender-based violence in schools - Classroom Programme for Students in Early Secondary School \(ages 11-14\)](#)

<b>Pavadinimas:</b> Tiltas	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas leidžia vaikams apmąstyti, kaip jaučiasi smurto lyties pagrindu aukos. Be to, pabrėžiama, kad smurtas esti įvairių formų (pavyzdžiui, žodinis ar psichologinis).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Informacija</li> <li>• Empatija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teiginiai, apimantys lyties stereotipus, kuriais siekiama sumenkinti ar įžeisti.</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Paprašykite kelių vaikų išeiti iš patalpos; likusius vaikus paskirstykite poromis ir paprašykite sustojus viena linija rankomis suformuoti tiltą. Kiekvienam tiltą formuojančiam vaikui skirkite vaidmenį, o tada ir pasakykite visiems jiems teiginį, kurį jie turės įsiminti ir pakartoti garsiai.</p> <p><b>Sakinių pavyzdžiai:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atrodai kaip berniukas/mergaitė.</li> <li>• Ar tu gėjus?</li> <li>• Kodėl nesišypsai?</li> <li>• Ar tu drovesi?</li> <li>• Atrodai seksualiai.</li> <li>• Kodėl slepi savo gražią krūtinę?</li> <li>• Tu gražus/-i</li> <li>• Tu protingas/-a</li> <li>• Tu žinai, ko nori</li> <li>• Tavo stilius unikalus</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Man patinka, kaip tu mąstai.</li> <li>• Man patinka, kaip tu išreiški save.</li> </ul> <p>Pakvieskite išėjusius vaikus ir paprašykite jų eiti po rankų tiltu, o tuo metu kiti vaikai turi sakyti įsimintus teiginius.</p> <p>Pirmą kartą eidami po „tiltu“ vaikai girdės tik neigiamus, menkinamus teiginius, o antrą kartą – tik pozityvius ir motyvuojančius (arba atvirkščiai).</p> <p>Po užsiėmimo mokiniai turi pasidalyti išpūdžiais – kaip jautėsi tie, kurie ėjo po tiltu, ir tie, kurie jį sudarė.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vedėjas gali pritaikyti teiginius pagal grupės kontekstą ir dinamiką.</p> <p>Jis turėtų moderuoti diskusiją užduodamas klausimus, kurie padėtų mokiniams pasidalyti savo jausmais (tiek einant po tiltu, tiek sudarant tiltą).</p> <p>Mokiniams, kurie ėjo po tiltu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaip jauteisi, kai eidamas girdėjai visus tuos gražius, įkvepiančius žodžius? Gal jie tau priminė kokį nors žmogų ar situaciją?</li> <li>- Kaip jauteisi, kai eidamas po tiltu girdėjai tik neigiamus, menkinamus žodžius?</li> <li>- Ar norėtum dar kartą eiti po tiltu? Jei taip, po kuriuo?</li> <li>- Kurie žodžiai tau įstrigo? (Jei neigiami, reikia aptarti giliau)</li> </ul> <p>Mokiniams, kurie sudarė tiltą:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaip jauteisi sakydamas kažkam tik teigiamus, padrąsinančius žodžius?</li> <li>- Kaip jauteisi sakydamas kažkam tik neigiamus, įžeidžiančius žodžius?</li> <li>- Ar buvo lengva galvoti apie tai, ką sakai?</li> </ul>

### Šaltinio nuoroda:

Pilotinė programa – veiklos mokiniams, skirtos duoti atkirtį seksualiniam smurtui ir priekabiavimui, CONVEY projektas <http://conveyproject.eu/activities>

Pavadinimas: <span style="float: right;">Kamuoliuko metimas (užsiėmimo „Smurto lyties pagrindu poveikis“ tąsa)</span>	
<b>Trukmė:</b>	20 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas skirtas tyrinėti vaikų emocinius atsakus į ankstesniame užsiėmime aptartus klausimus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Kritinis mąstymas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kamuoliukas</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Sustokite ratu ir priminkite vaikams esminę informaciją iš prieš tai įvykusio užsiėmimo. Paaiškinkite, kad metant kamuoliuką dabar jie pateikdami vieno žodžio atsakymus prisimins kai kurias to užsiėmimo metu patirtas mintis ar emocijas. Meskite kamuoliuką ir įvardykite vieną žodį ar emociją, kuri kilo praėjusio užsiėmimo metu. Tas, kuris pagauna kamuoliuką, turėtų padaryti tą patį mesdamas kamuoliuką kitam. Tęskite, kol kiekvienas pasisakys arba kol niekam nebebus, ką atsakyti.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Baigus mėtyti kamuoliuką vedėjas turėtų paklausti vaikų, ar jiems patiko užsiėmimas ir kodėl. Taip pat gali paklausti, ar šis pratimas padėjo jiems geriau suprasti savo jausmus, kurie kilo diskutuojant apie smurtą lyties pagrindu.

**Šaltinio nuoroda:**

[YPEER manual - Theatre-Based Techniques for Youth Peer Education: A Training Manual](#)

<b>Pavadinimas:</b>		<b>Išreikšk save!</b>
<b>Trukmė:</b>	20 min.	
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai	
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo metu sudaromos sąlygos vaikams apmąstyti teigiamus lyčių lygybės aspektus bei apmąstyti pačią lyčių lygybės sąvoką.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savivoka</li> </ul>	
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b> Nėra</p> <p><b><u>Nurodymai:</u></b> Paprašykite vaikų sustoti ratu nugaromis į centrą. Paaiškinkite, kad suskaičiavę iki 5 pasakysite žodį, o jie turės pašokti ir atsisukti vedu į rato centrą, vaizduodami tą pasakytą žodį. PASTEBĖJIMAS: Žodis turi sietis su pirma aptarta smurto lyties pagrindu tema, turi būti pozityvus (priešingai daugeliui prieš tai aptartų sąvokų). Taip pat tai gali būti daugiareikšmiai terminai, susiję su smurtu lyties pagrindu. Pavyzdžiui: galia, jėga, taika, laisvė, saugumas, lygybė, lyčių lygybė. Visiems atsisukus į rato vidurį, paprašykite, kad vaikai, kurie nori arba kuriuos išrinksite Jūs (priklausomai, nuo atmosferos klasėje) paaiškintų, kaip jie sugalvojo konkrečią žodžio raišką. Užbaikite padėkodami vaikams už dalyvavimą.</p>	
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Nėra	

### Šaltinio nuoroda:

[Friends of the Earth training toolkit](#)