



Systematic Approaches  
For Equality of gender



## Metodinis veiklų vadovas

**Veiklos skirtos smurto lyties pagrindu prevencijai ir intervencijai pagal pozityviosios psichologijos principus**



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



# Turinys

Įvadas.....	4
Nurodymai, kaip naudotis metodiniu vadovu .....	5
<b>Lytiškumui jautri pedagogika .....</b>	<b>7</b>
Literatūros apžvalga .....	7
Apžvalginė lentelė .....	16
Užsiėmimai lytiškumui jautrios pedagogikos tema .....	19
Užsiėmimai mokytojams ir tėvams .....	19
Užsiėmimai 8–9 metų vaikams .....	44
Užsiėmimai 10–12 metų vaikams .....	58
<b>Gyvenimo įgūdžiai .....</b>	<b>69</b>
Literatūros apžvalga .....	69
Apžvalginė lentelė.....	81
Užsiėmimai gyvenimo įgūdžių ugdymo tema.....	83
Užsiėmimai 8–9 metų vaikams .....	83
Užsiėmimai 10–12 metų vaikams .....	99
<b>Charakterio ugdymas .....</b>	<b>114</b>
Literatūros apžvalga .....	114
Apžvalginė lentelė.....	123
Užsiėmimai charakterio ugdymo tema.....	125
Užsiėmimai 8–9 metų vaikams .....	125
Užsiėmimai 10–12 metų vaikams .....	138
<b>Atsparumas.....</b>	<b>156</b>
Literatūros apžvalga .....	156
Apžvalginė lentelė.....	170
Užsiėmimai atsparumo ugdymo tema.....	172
Užsiėmimai 8–9 metų vaikams .....	172
Užsiėmimai 10–12 metų vaikams .....	182

## Padėka

Partnerių konsorciumo vardu norėtume padėkoti visiems ir kiekvienam, prisidėjusiems prie SAFER metodinio vadovo atsiradimo. Esame labai dėkingi už paramą, palaikymą ir naudingą grįžtamąjį ryšį pedagogams, mokiniams, politikos formuotojams, mokyklų vadovams ir administracijos darbuotojams, švietimo ministerijoms visose šalyse partnerėse.

Šis projektas nebūtų įmanomas be jūsų visų vertingo indėlio.

### **Autoriai – šalys partnerės (abėcėlės tvarka):**

APHVF – Kipras

CESIE – Italija

GrantXpert – Kipras

Happsy – Graikija

ICEP – Airija

Institute of Development – Kipras

Vilniaus universitetas – Lietuva

YOUACT – Jungtinė Kralystė

## Įvadas

Šis metodinis vadovas parengtas pagal projektą „SAFER“. Projektas SAFER „Sisteminis požiūris į lyčių lygybę“ (*Systematic Approaches for Equality of Gender – SAFER*) yra bendradarbiavimo tarp partnerių iš 6 Europos šalių rezultatas. SAFER projektas kofinansuojamas pagal Europos Komisijos Teisių, lygybės ir pilietiškumo programą, taigi yra remiamas ES.

SAFER projekto tikslas – taikant pozityvios psichologijos principus skatinti smurto lyties pagrindu prevenciją ir drąsinti apie ją pranešti. Sisteminis požiūris pasirinktas siekiant ugdyti vertingus įgūdžius, kuriuos galima būtų pritaikyti ne tik kovojant su smurtu lyties pagrindu ir užkertant jam kelią, bet ir gerinant asmens emocinę bei psichologinę gerovę ir mezgant sveikus santykius.

Projekto kryptis – didinti pradinių klasių mokytojų, mokinių, tėvų bei visų suinteresuotų šalių sąmoningumą egzistuojančių lyčių stereotipų bei smurto lyties pagrindu prevencijos klausimais.

SAFER pirmiausia orientuojasi į mokytojų ir švietėjų kvalifikacijos tobulinimą bei klasei skirtų metodinių priemonių sukūrimą virtualioje erdvėje tam, kad pedagogai galėtų pasidalyti žiniomis su 8–12 metų mokiniais. Naudodamiesi SAFER instrukcijomis ir taikydami pratimus švietėjai galės sukurti saugesnę aplinką klasėje, kurioje mokiniai jausis patogiai ir galės saugiai reikšti savo jausmus, nuomones bei nuogąstavimus, tuo pačiu jausdami paramą ir priėmimą. Tokia aplinka skatins mokinius dažniau pranešti apie galimus smurto lyties pagrindu atvejus, prireikus apginti bendraamžį konkrečioje situacijoje.

Kad būtų pasiekti aukščiau įvardyti tikslai, projektas SAFER siūlo **4 pagrindinius modulius**:

- 1. Lytiškumui jautri pedagogika (ir Visapusiškas lytiškumo ugdymas):** apima pedagogines priemones, skirtas siekti lyčių lygybės – tai perspektyva, kurianti mokymosi procesą, orientuotą į lyčių stereotipinės elgsenos atpažinimą ir kritinį požiūrį į ją.
- 2. Gyvenimo įgūdžiai:** apibrėžiami kaip asmens adaptyvios ir pozityvios elgsenos gebėjimai, įgalinantys jį pakankamai efektyviai dorotis su kasdienos reikalavimais bei iššūkiais (PSO).
- 3. Charakterio ugdymas:** šiuo terminu apibūdinama ugdymo perspektyva, kurios tikslas – padėti vaikams ugdytis vertybinę, pilietišką ir socialiai priimtina mąstyseną bei elgseną.
- 4. Atsparumas:** tai gebėjimas „atsitiesti“ po nelaimių – tai valingo prisitaikymo procesas, vykstantis negandų, traumos, tragedijos ar reikšmingo streso akivaizdoje (APA, 2014).

## Kaip naudotis metodiniu vadovu

Kiekviename modulyje aprašomos veiklos ir teorinis pagrindimas remiasi moksliniais įrodymais bei plačia literatūros apžvalga, kurią atliko visi projekto partneriai. Prieš kurdamas SAFER mokymų medžiagą, kiekviena šalis partnerė atliko atitinkamą tyrimą – savo šalies poreikių analizę.

Mokymų vadovas apima lengvai suprantamus nurodymus mokymų vedėjams – mokytojams. Kartu su jais pateikiamos nuorodos į šaltinius ir pasiūlymai, padėsiantys susirasti daugiau informacijos. Paaiškinimų ar papildomos informacijos mokymų vedėjams ir dalyviams patariama kreiptis į SAFER partnerių konsorciumą per oficialų tinklalapį (<http://gendersafer.eu/>).

### Mokymų vadovo paskirtis:

- Mokymų vadovas mokytojams (ar kitiems specialistams atliekantiems panašų vaidmenį), dirbantiems su 8–12 metų vaikais.
- Pagrindinė priemonė mokymų vedėjams, jau dalyvavusiems mokymuose vaikams ir su mokymų turiniu susipažinusiems tėvams.

Medžiaga suskirstyta į **keturis modulius**:

1. **Lytiškumui jautri pedagogika (LJP) ir Visapusiškas lytiškumo ugdymas (VLU)**
2. **Gyvenimo įgūdžiai**
3. **Charakterio ugdymas**
4. **Atsparumas**

Kiekvieno skyriaus – modulio – pradžioje pateikiama trumpa įvadinė teorinės medžiagos apžvalga ir platus šaltinių sąrašas. Šis duomenų paketas skirtas tiems, kurie nori giliau patyrinėti specifinius temos aspektus ar sąvokas.

Veiklų skyrelyje pirmiausia rasite apžvalginę lentelę, kurioje eilės tvarka pateiktos skyriaus veiklos kartu su jų tikslų apibūdinimu bei trumpu kiekvieno užsiėmimo paaiškinimu. Toliau galima rasti smulkų kiekvienos veiklos aprašymą ir priedus, darbui skirtus lapus bei nuorodas.

Mokymų vedėjai skatinami keisti, taikyti ir naudoti pateiktą medžiagą atsižvelgdami į konkrečius specifinius tikslus ar apribojimus (laiko tinkamumas, kultūriniai skirtumai, kiekvienos šalies švietimo sistema – ugdymo programa, specifinės dalyvių grupės charakteristikos, priemonių prieinamumas, laukiami mokymosi rezultatai, vedėjo asmeninės savybės).

Mokymai gali vykti klasėje, dirbant su mažomis ar didelėmis grupėmis (20–25 žmonės). Mokymų trukmė gali kisti priklausomai nuo tikslinės grupės ir kitų charakteristikų, tačiau svarbu turėti omenyje, kad partnerių konsorciumo siūloma vieno modulio mokymų trukmė – maždaug 5 valandos (maždaug 5 veiklos po 45 minutes kiekviena, be to, trumpa pertrauka tarp veiklų, kurią galima panaudoti poilsiui, aplinkos pakeitimui, nurodymų paaiškinimui, medžiagos išdalijimui ir t. t.).

Turėkite omenyje, kad mokymų vedėjai turi būti pasirengę atsakyti į dalyvių klausimus bei įsitraukti į diskusiją tiek tarpusavyje, tiek su mokymų dalyviais. Todėl siūlome kruopščiai perskaityti pateiktą medžiagą, pasigilinti į ją, jei įmanoma, įvertinti kontekstą turint galvoje unikalios potencialių dalyvių savybes.

## Lytiškumui jautri pedagogika

### Literatūros apžvalga

#### Kas yra lytiškumui jautri pedagogika?

Visi mes esame girdėję apie „socialinę lytį“, arba „lytį socialiniu aspektu“ (angl. – *gender*). **Lytis socialiniu aspektu (*gender*)** – plačiai vartojama sąvoka, neretai suvokiama kaip „moterų reikalas“, tačiau iš tiesų lytis socialiniu aspektu apibūdinama kaip „socialiniai bruožai ir galimybės, siejamos su buvimu vyru ar moterimi bei santykiais tarp moterų ir vyrų, mergaičių ir berniukų, taip pat santykiais tarp moterų ir santykiais tarp vyrų. Šie socialiai sukonstruoti bruožai, galimybės ir santykiai išmokstami per socializacijos procesą. Jie priklauso nuo konteksto, laikmečio ir yra dinamiški“ (EIGE, 2018).

**Lyčių vaidmenys (*gender roles*)** ganėtinais skiriasi nuo biologinių vyro ar moters vaidmenų. Biologinius lyčių vaidmenis iš esmės apibrėžia biologiniai veiksniai. Jų neįmanoma pakeisti. Kita vertus, socialiniai lyčių vaidmenis **apibrėžia visuomenė**, priskirianti vyrams ir moterims skirtingas atsakomybes, pavyzdžiui, moterims priskiriamas maisto gaminimas, vyrams – sprendimų priėmimas, tad tokiu būdu formuojami lyčių stereotipai.

**Lyties stereotipas** – tai plačiai paplitusi nuostata apie mergaitėms ir berniukams, moterims ir vyrams priskiriamą elgseną ar bruožus. Moterys dažnai vaizduojamos kaip emocionalios, rūpestingos ir tos, kurioms reikia globos. Vyrai dažniau charakterizuojami kaip racionalūs, orientuoti į karjerą ir stiprūs. Šios prielaidos gali būti neigiamos (pavyzdžiui, moterys iracionalios, vyrai nejautrūs) ar išoriškai geranoriškos (pavyzdžiui, moterys globėjiškos, vyrai lyderiai). Tačiau lyčių stereotipai formuoja savivoką, požiūrį į santykius ir turi įtakos įsitraukimui į visuomenines veiklas. Mokyklos aplinkoje jie gali paveikti jauno žmogaus patyrimą pamokų metu, akademinį pasiekimą, dalykų pasirinkimus ir gerovę (IOP, 2018).

**Lytiškumui jautri pedagogika** apibūdina pedagogines priemones, orientuotas į lyčių lygybės tikslus ir apibrėžiančias mokymosi procesus, kurių metu identifikuojami ir griaunami lyčių



stereotipai. Tam, kad šis požiūris būtų sėkmingai pritaikytas, būtina atkreipti dėmesį į šias esmines sritis: klasės sudėtį, pamokos planavimą, mokytojo ir mokinio santykį, metodologiją, kalbos vartoseną, mokymo ir vertinimo priemones, mokyklas ar institucijas (Njambi et al. 2016). Tokia nuostata reikalauja, kad mokytojai, atsižvelgdami į lyčiai jautrią perspektyvą, parengtų pamokos planus, mokymo, klasės valdymo ir veiklos vertinimo strategijas (Mlama et al. 2005). Šių metodų tikslas – sukurti klasėje, kurioje pripažįstama lyčių lygybė ir jų skirtumai, konstruktyvią erdvę kritiniam mąstymui. Tokiu būdu mokytojai gali būti mokiniams matomi kaip „sąmoningi, lyties atžvilgiu kritiškai draugai“, kurie, įsisąmoninę savo lyties vaidmenis, įgalina mokinius pačius tyrinėti savo lyties raišką (Adriany & Warin, 2017).

**Svarbu:** Lytiškumui jautri pedagogika nėra skirta berniukų diskriminavimui, ji nėra orientuota ir į vieną lytį. Ji apima mokymo(si) metodų įvairovę, sudarančią berniukams ir mergaitėms lygias galimybes dalyvauti veiklose.

### Lytiškumui jautrios pedagogikos nauda

Lytiškumui jautri pedagogika įvairiapusiškai naudinga, jeigu jos principai taikomi mokymosi proceso metu, kadangi ji orientuota į lygių galimybių mokytis užtikrinimą ir tuo pačiu eliminuoja lyčių stereotipus. Duomenys rodo, kad šių nuostatų taikymas susijęs su didesniu mokinių įgalinimu, kokybišku ugdymu ir apskritai didesne gerove berniukams ir mergaitėms. Lytiškumui jautrios pedagogikos poveikis:

Pirmiausia, ji skatina su lytiškumu susijusių elgsenos ir nuostatų pokytį. Anot tyrimo, kuriam vadovavo FAWE (Njambi et al. 2016), mokyklose pradėjus taikyti lytiškumui jautrios pedagogikos principus pastebėtas teigiamas mergaičių ir berniukų elgsenio bei nuostatų pokytis. Mergaitės ėmė aktyviai dalyvauti klasės diskusijose, pakilo jų pasitikėjimo savimi lygis. Mokytojai ėmė kalbėti ne taip giežtai, užgauliai ar grėsmingai. Be to, mokiniai jautėsi padrašinti, ėmė laisviau bendrauti su mokytojais ir tarpusavyje, daugiau bendradarbiavo atlikdami mokyklos ar namų užduotis. Negana to, padrašinimas išsakyti padidino mokinių, ypač mergaičių, savivertę. Pristatant grupės darbus debatuose, mokymosi išvykose, atsisakydami nesveikos konkurencijos vienodai įsitraukė tiek berniukai, tiek mergaitės. Rezultatas – pagerėjęs mokinių dalyvavimas ir įsitraukimas.



Antra, šis požiūris **mažina lyčių stereotipų** paplitimą, kadangi skatina vaikus pasitikrinti ir permąstyti tradicinius lyčių vaidmenis. Taikant lytiškumui jautrios pedagogikos principus ir keičiant tradicinius lyčių vaidmenis būtina pabrėžti mokytojo vaidmenį ir svarbą. LJP principų įgyvendinimas susijęs su sumažėjusiu smurtu lyties pagrindu, kadangi mokiniai ir mokytojai vienas kitą geriau supranta, o dėl to didėja jų abipusė pagarba ir tuo pat metu mažėja smurto lyties pagrindu apraiškos (Njambi, 2016). Tai, savo ruožtu, gerina mergaičių lankomumo rodiklius.

Trečia, lytiškumui jautri pedagogika naudinga vaikų gyvenimo įgūdžių lavinimui. Tinkamai taikomas, šis požiūris nuolat besikeičiančioje darbo rinkoje gali ugdyti berniukų ir mergaičių kompetencijas, kurios padės jiems susidoroti su realaus gyvenimo iššūkiais. Pavyzdžiui, padidėjęs mergaičių įsitraukimas, dalijimasis idėjomis klasėje, problemų sprendimas, argumentų formulavimas iš jų unikalios perspektyvos yra naudingi įgūdžiai, kuriuos galima panaudoti už mokyklos ribų (Lloyd et al. 2000).

Galiausiai, kaip rodo duomenys, lytiškumui jautri pedagogika yra susijusi su mokinių **atsparumo** gebėjimu. Atsparumo gebėjimas apima santykius, galimybes ir struktūras, kurios skatina tinkamą prisitaikymą ir teigiamą kritinių situacijų įveiką. Literatūros šaltiniai rodo, kad draugų ir šeimos ratas gali padėti mokiniams pasiekti geresnių mokslo rezultatų, pagerinti savivertę, paskatinti veiklumą ir gebėjimą tinkamai reikšti emocijas: rūpestį, paramą, padrąšinimą. Tyrimai (Reyes et al., 2013) taip pat rodo, kad mokyklų vaidmuo sudarant sąlygas teigiamam susitapatinimui su savimi ir su lytimi susijusiam įgalinimui per įvairias veiklas kraštutinai svarbus (*ten pat*). Tai reiškia, kad reikia skatinti tokias veiklas, kuriomis subalansuotai ugdomi individualūs ir socialiniai įgūdžiai bei siekiama akademinų ir asmeninių tikslų. Šios veiklos skatina individualias galias ir veda sveikos socializacijos link.

### Kas yra visapusiškas lytiškumo ugdymas?

Kitas svarbus aspektas, kurį reikia turėti galvoje kalbant apie lytiškumui jautrią pedagogiką, yra visapusiškas lytiškumo ugdymas (VLU). VLU sudaro vaikams ir jaunuoliams galimybes kritiškai permąstyti lytiškumą biologinių ir socialinių normų poveikio požiūriu (UNESCO, 2018). **Visapusiškas lytiškumo ugdymas (VLU)** apibrėžiamas kaip „ugdymo programa paremtas mokymo(si) apie kognityvinius, emocinius, fizinius ir socialinius lytiškumo aspektus procesas“ (UNESCO, 2018). VLU tikslas – suteikti mokiniams įgūdžius, kurie reikalingi siekiant apsaugoti jų

sveikatą, suprasti ir įgyvendinti jų teises bei praktikuoti pagarbius socialinius ir seksualinius santykius. Platesne prasme VLU taikomas kaip priemonė, įgalinanti jaunas žmones priimti sprendimus, susijusius su jų santykiais ir gerove.

Siekiant visų minėtų tikslų, VLU susieja įvairių disciplinų informaciją. Iš esmės VLU yra: paremtas mokslo duomenimis; pritaikytas pagal amžių; visa apimantis; jautrus kultūriniam kontekstui, kuriame yra pritaikomas; grindžiamas lyčių lygybės idėjomis bei žmogaus teises atspindinčiu požiūriu į sveikatą (UNESCO, 2018).

### **Kodėl reikia ugdyti visapusišką lytiškumą?**

VLU programa gali būti naudojama tiek formalioje, tiek neformalioje aplinkoje. VLU padeda normalizuoti diskusijas apie seksualumą (IPPF, 2016). Kadangi Mokykla atlieka centrinį vaidmenį vaiko raidos metu, todėl labai svarbu, kad mokyklose būtų tinkamai organizuojamos diskusijos seksualumo temomis. Negana to, VLU programos taikymas mokyklos aplinkoje užtikrina, kad į mokymus bus įtraukti visi ją lankantys mokiniai ir jaunuoliai, o tai ypač svarbu tiems mokymų dalyviams, kurie neturi galimybių kritiškai mąstyti seksualumo temomis namuose ar kitoje neformalioje aplinkoje

Daugybė mokslinių duomenų rodo, kad VLU pagerina vaikų ir jaunuolių sprendimų priėmimo įgūdžius, sustiprina jų pasitikėjimą savimi bei įgalina juos priimti pagrįstus sprendimus įvairių savo gerovės aspektų atžvilgiu (IPPF, 2016). Kaip rodo duomenys, VLU skatina rinktis saugią lytinę elgseną ir padidina tikimybę priimti teisingus sprendimus, susijusius su lytiškumu ir santykiais (UNESCO, 2015).

### **Kokio amžiaus vaikus dera įtraukti į visapusišką lytiškumo ugdymą?**

VLU dažnai pasiekia mokinius pernelyg vėlyvoje raidos stadijoje, nes neretai manoma, kad programa gali būti aktuali tik paaugliams, bet ne jaunesniems vaikams. Tačiau vaikų pažeidžiamumas smurto situacijose, jų išnaudojimas bei prievartos prieš juos rodikliai rodo, kad tokia programa reikalinga nuo ankstyvo amžiaus (Goldman, JDG, 2015). Ypač svarbu, kad su VLU vaikai susipažintų jau tuo metu, kai ima internalizuoti žinutes apie seksualumą ir santykius (UNESCO, 2018). Nors šis amžius dėl vaikų skirtumų varijuoja, įrodymai liudija, kad vaikams visapusiškas lytiškumo ugdymas reikalingas kuo anksčiau – tą nurodo raidos psichologijos

atstovai ir atspindi Lytiškumo ugdymo Europoje standartai (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010). Švedija, pripažįstama lyčių lygybės šalimi, pradeda ugdyti lytiškumą ikimokykliniame amžiuje (Swedish Institute, 2019). Taip pat pabrėžiama, kad VLU turi būti taikomas nuosekliai ir turi būti laikomas viena iš esminių jaunų žmonių ugdymo(si) dalių visuose jų raidos etapuose, atitinkamai pritaikyta prie jų gebėjimų pagal išsivystymo lygį (UNESCO, 2018).

### Lytiškumui jautrūs ugdymo metodai ir būdai

Dabar, kai jau žinome, kas yra lytiškumui jautri pedagogika ir visapusiškas lytiškumo ugdymas bei esame susipažinę su jų nauda vaikų ir jaunuolių raidai, galime pasimokyti, kas ir kaip gali būti daroma klasėje.

Atskirties tarp lyčių mažinimas reiškia, kad Jūs, kaip mokytojas, pirmiausia turite tapti jautresnis lytiškumo klausimams.

Esminiai įgūdžiai, kuriuos demonstruoja lytiškumui jautrią aplinką klasėse kuriantys mokytojai, yra šie:

- Vienodai vertinti tiek mergaičių, tiek berniukų mokymosi gebėjimus.
- Palengvinti berniukų ir mergaičių galimybes mokytis, vienodai progresuoti ir vystyti unikalų savo potencialą.
- Tinkamai reaguoti į nedraugiškas ir potencialiai šališkas pastabas apie mergaites arba berniukus.
- Padėti mokiniams permąstyti šališkas nuostatas, kad būtų galima lengviau išvengti jų ateityje.
- Atpažinti socialinių normų sąlygotas savybes arba elgseną, trukdančias įsisavinti žinias ir dirbti (pvz., drovumas, arogancija, dominavimas, patyčios, pasitikėjimo trūkumas, baimė kalbėti klasėje...).

Mokytojai, kurie yra išmokyti taikyti lytiškumui jautraus ugdymo praktikas ir remtis visapusiško lytiškumo ugdymo principais, dažniau vadovaujasi į bendradarbiavimą ir į besimokantįjį orientuota mokymo proceso samprata, o tai – vienas iš visapusiško lytiškumo ugdymo bei lytiškumui jautrios pedagogikos principų. Mokytojo vaidmuo – palengvinti ugdymo(si) procesą, skatinti ir įgalinti mokinių kritinį mąstymą, o ne nurodinėti jiems, kaip mokytis (IPPF, 2017). Pagal

šià nuostatà pirmenybè teikiama mokinio įsitraukimui į siūlomas veiklas, saugios dalijimosi erdvės sukūrimui, sutarimui dėl pasitikėjimo vienas kitu ir visų mokinių dalyvavimu panaudojant įvairias mokymo priemones, atspindinčias visà mokinių įgūdžių įvairovę.

**Svarbu:** Taikydami lytiškumui jautrios pedagogikos principus ir vadovaudamiesi visapusiško lytiškumo ugdymo gairėmis, mes tenkiname skirtingus mokinių poreikius ir užtikriname jų lygybę mokymosi procese, tuo pačiu padėdami jiems atskleisti visà savo potencialà.

Šio Vadovo pirmame modulyje rasite:

- 6 veiklas sau. Jas galite pritaikyti sau ir kolegoms, apmąstydami savo pačių nuostatas ir įsitikinimus.
- 4 veiklas, kurias galite taikyti su 8–9 metų mokiniais.
- 4 veiklas, kurias galite taikyti su 10–12 metų mokiniais.

### Literatūra

Bernat, D., Bearinger, L., Eisenberg, ME., Resnick, MD. (2008). Support for Comprehensive Sexuality Education: Perspectives from Parents of School-age Youth. *Journal of Adolescent Health*, 42(4), 352-359.

Davies, B. (1989). *Frogs, Snails and Feminist Tales: pre-school children and gender*. Sydney: Allan & Unwin.

EIGE (2019). Forms of gender-based violence. Paimta iš: <https://eige.europa.eu/genderbasedviolence/what-gender-based-violence/formsgender-based-violence>

Funk & Funk (2017). *From a Pedagogy of Vulnerability to a Pedagogy of Resilience: A Case Study of the Youth and Gender in Media Project*, Critical Questions in Education 8:3.

Gordon, T. & Lahelma, E. (1998). *Gränsöverskridande – om kön i läroplaner och i skolans praxis [Crossing boundaries – on gender in curricula and school practice]*, in A-L. Arnesen, (Ed.) *Likt og ulikt: Kjönnensdimensjonen i pedagogisk tenkning och praxis*. HiO-report, Oslo University.

International Planned Parenthood Federation. (2016). Everyone's right to know: delivering comprehensive sexuality education for all young people. Paimta iš: [https://www.ippf.org/sites/default/files/2016-05/ippf\\_cse\\_report\\_eng\\_web.pdf](https://www.ippf.org/sites/default/files/2016-05/ippf_cse_report_eng_web.pdf)

International Planned Parenthood Federation (2017). Deliver and enable toolkit: scaling up Comprehensive sexuality education. International Planned Parenthood Federation. Paimta iš: <https://www.ippf.org/sites/default/files/201803/IPPF%20Deliver%20and%20Enable%20%20CSE%20Toolkit.pdf>

Juliette D.G. Goldman (2010). *The new sexuality education curriculum for Queensland primary schools*, *Sex Education*, 10:1, 47-66, DOI: 10.1080/14681810903491370

Karlson et al. (2011). A Question of Gender-Sensitive Pedagogy: Discourses in Pedagogical Guidelines, *Contemporary Issues in Early Childhood* 12(3):27.

Mlama et al. (2005). *Gender Responsive Pedagogy – a Teacher's Handbook*, Forum for African Women Educationalists (FAWE)

Njambi et al. (2016). Documentation of Gender Responsive as a Best Practice by the Forum for African Women, Forum for African Women Educationalists Educationalists (FAWE)

Lenz Taguchi, H. (2004). *In på bara benet. En introduction till feministisk poststrukturalism [On the naked bone: an introduction to feminist poststructuralism]*. Stockholm: HLS Förlag.

Lloyd et al. (2000). The Effects of Primary School Quality on School Dropout among Kenyan Girls and Boys Comparative Education Review. Paimta iš: [https://www.jstor.org/stable/10.1086/447600?seq=1#metadata\\_info\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/10.1086/447600?seq=1#metadata_info_tab_contents)

- Lundberg et al. (2015). Gender Studies Education and Pedagogy, Swedish Secretariat for Gender Research. Paimta iš: <https://www.genus.se/wp-content/uploads/Gender-Studies-Education-and-Pedagogy.pdf>
- Nabbuye, H. (2018). *Gender-sensitive pedagogy - The bridge to girls' quality education in Uganda*, Echidna Global Scholars Program, Policy Brief, Center for Universal Education at Brookings.
- Raghavendra, T. (2014). Understanding Gender: A training module for teachers, Karnataka Health Promotion Trust (KHPT).
- Rennie, L. J., (2003). „Pirates Can Be Male or Female”: Investigating Gender-Inclusivity in a Years 2/3 Classroom, *Research in Science Education* 33: 515–528, Kluwer Academic Publishers. Printed in the Netherlands.
- Reyes et al. (2013). Transformative Resilience Guide, Gender, Violence, and Education, The International Bank for Reconstruction and Development / The World Bank.
- Sunnari, V (1997). Gendered Structures and Processes In Primary Teacher Education – Challenge for Gender-Sensitive Pedagogy, *Oulu Department of Teacher Education*, Femina Borealis.
- Swedish Institute (2019). Education in Sweden. Paimta iš: <https://sweden.se/society/education-in-sweden/>
- UNESCO (2015). Emerging evidence and practice in comprehensive sexuality education: a global review. Paimta iš: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000243106>
- UNESCO (2018). International technical guidance on sexuality education: an evidence-informed approach. Paimta iš: <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ITGSE.pdf>
- Warin, J & Adriany, V. (2017). Gender flexible pedagogy in early childhood education, *Journal of GenderStudies*, 26:4, 375-386, DOI: 10.1080/09589236.2015.1105738
- WHO Regional Office for Europe and BZgA (2010). Standards for Sexuality Education in Europe:

Guidance for Implementation. Paimta iš:  
[https://www.bzgawhocc.de/fileadmin/user\\_upload/Dokumente/Guidance\\_for\\_implementation.pdf](https://www.bzgawhocc.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/Guidance_for_implementation.pdf)

Wodon et. al (2018). *Missed Opportunities: The High Cost of Not Educating Girls (English). The Cost of Not Educating Girls Series*. Washington, D.C.: World Bank Group. Paimta iš:  
<http://documents.worldbank.org/curated/en/775261531234655903/Missed-Opportunities-The-High-Cost-of-Not-Educating-Girls>



## Apžvalginė lentelė

Pavadinimas	Tikslinė grupė	Apžvalga	Vertinimas ir refleksija
<b>Termometras, arba Judrieji debatai</b>	• Mokytojai ir tėvai	Šis užsiėmimas skatina dalyvius tyrinėti lygybės ir nelygybės reiškinius pagal „judriųjų debatų“ metodą bei apmąstant savo nuostatas lyčių vaidmenų, stereotipų ir lygybės sąvokos atžvilgiu.	Užsiėmimo vedėjai gali pritaikyti teiginius prie konteksto ir besimokančiųjų interesų. Vedėjai turėtų leisti besimokantiesiems persigalvoti, išgirdus kitų dalyvių nuomones. Svarbu, kad vedėjai sukurtų saugią erdvę produktyviai diskusijai užsiėmimo pabaigoje.
<b>Susipažinimas su lytiškumo sąvokomis</b>	• Mokytojai ir tėvai	Šis užsiėmimas orientuotas į visapusiškos informacijos apie esmines su lytiškumu susijusias sąvokas suteikimą dalyviams.	Vedėjai gali atnaujinti su lytiškumu susijusias sąvokas, remdamiesi dalyvių poreikiais bei žinių lygiu.
<b>Biologinė ir socialinė lytis (Gender and Sex)</b>	• Mokytojai ir tėvai	Užsiėmimas skatina dalyvius permąstyti savo nuostatas biologinės ir socialinės lyties bei jų skirtumų atžvilgiu. Be to, užsiėmimo tikslas – paskatinti dalyvius jaustis saugiau kalbant pirmiau minėtomis temomis.	Vedėjas skatinamas paaiškinti dalyviams, kad anksčiau paminėti teiginiai skirti paskatinti diskusiją apie tai, kaip visuomenė kuria vyrų bei moterų įvaizdžius, ir kokią tai turi įtaką išankstinėms nuostatomis dėl lyčių. Be to, pratime pabrėžiami skirtumai tarp biologinės ir socialinės lyties, o, siekiant lyčių lygybės, tą itin svarbu žinoti. Užsiėmimui pasibaigus dalyviai turėtų suvokti, kad dauguma stereotipų kyla ne iš biologinių žmogaus charakteristikų, bet yra vyrams ir moterims priskiriamos socialiai sukonstruotos savybės.
<b>„Išcentruoti“: darbas su vaizdiniais</b>	• Mokytojai ir tėvai	Užsiėmimas padeda permąstyti sociokultūrinės lyčių stereotipų šaknis. Be to, pratimas skatina dalyvius tyrinėti lyčių stereotipus, kuriuos jie patys turi ar su kuriais susiduria gyvenime.	Šis užsiėmimas rekomenduojamas siekiant didinti sąmoningumą ir giliau amąstyti su lyties spektru susijusius savo įsitikinimus bei nuostatas ir emocijas. Užsiėmimo pabaigoje vedėjams siūloma inicijuoti pokalbį apie kultūrinį lyties aspektą bei lyčių stereotipus.
<b>Diskusija apie smurtą lyties pagrindu</b>	• Mokytojai ir tėvai	Užsiėmimo metu apibrėžiama smurto lyties pagrindu sąvoka, dalyviai informuojami apie skirtingas smurto lyties pagrindu rūšis, formas, pateikiama pavyzdžių.	Scenarijai labai svarbūs aptarimui ir vertinimo procesui, nes leidžia dalyviams įsivaizduoti, kaip jie reaguos, kitą kartą susidūrę su smurto lyties pagrindu atveju. Vedėjai turėtų būti ypač jautrūs, kad prireikus apsaugotų dalyvių privatumą. Tai reiškia, kad vedėjai neturi minėti dalyvių vardų ar kitų detalių, kurios gali atskleisti jų tapatybę. Tai vienas iš būdų ugdyti pagarbą.

<b>Jautrios lytiškumui mokyklos vizija</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mokytojai ir tėvai</li> </ul>	Užsiėmimas skatina dalyvius įsivaizduoti ir giliai apmąstyti lytiškumui jautrios mokyklos ypatumus.	Šis užsiėmimas skatina apmąstyti lytiškumui jautrios mokyklos idėją – mokyklos, kurioje mokiniai, mokytojai, tėvai ir apskritai bendruomenė yra gerai susipažinę su lyčių lygybe ir įgyvendina jos principus. Lytiškumui jautriose mokyklose kuriama akademinė, socialinė ir fizinė aplinka, kurioje pripažįstami specifiniai mergaičių ir berniukų poreikiai. Mokyklos valdymo sistemos, politika ir praktika yra demokratiškos ir įtraukios.
<b>Lyčių vaidmenys ir charakteristikos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Veikla skirta atskleisti vaikų nuostatas apie lyčių vaidmenis ir lyčių savybes siekiant paskatinti kritinį mąstymą šia tema ir temos aptarimą.	Vedėjas dalyviams turėtų paaiškinti, kad sąvoka „lytis“ sukuriamą aplinkiniame mūsų pasaulyje. Ji apibūdina vaidmenis, elgesį, veiklas, kurias visuomenė supranta kaip tinkamas ir priimtinas moterims ir mergaitėms arba vyrams ir berniukams. Taip pat svarbu pabrėžti, kad lygybė reiškia visiems vienodas galimybes ir pasirinkimus.
<b>Skirta tik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Šio užsiėmimo tikslas – giliau suprasti su lytimi siejamus socialiai sukonstruotus lūkesčius ir plačiai paplitusias nuostatas. Tai būtina norint geriau suprasti, kaip neigiamai veikia lyčių stereotipai ir kokias pasekmes su jais susijęs elgesys gali turėti individams ir visuomenei apskritai.	Užsiėmimo vedėjas gali paprašyti vaikų paklausti šeimos narių apie jų asmenines patirtis, kai jiems buvo sakoma, kad jie kažko negali daryti, nes yra berniukai ar mergaitės. Taip pat galima pasiūlyti vaikams paskaityti knygutes išskirtinai apie berniukus ar mergaites, kad jie patyrinėtų veiklas ar pomėgius, tradiciškai siejamus su jų lytimi.
<b>Stiprūs vaikai</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8-9 metų vaikai</li> </ul>	Užsiėmimo tikslas – padėti vaikams suvokti skirtingų kasdienio gyvenimo situacijų poveikį visų mūsų jausmams. Be to, dalyviai turėtų geriau suvokti savo galią, kurią jie gali panaudoti kontroliuodami savo emocijas ir mintis. Be to, užsiėmimo metu pristatomos tokios sąvokos, kaip valdžia (autoritetai) ir įsakymų vykdymas.	Vedėjas gali paskatinti vaikus pasidalyti įvairiomis akimirkomis, kai jiems teko vykdyti įsakymus, kurie jiems nepatiko: žaidimų aikštelėje, klasėje, namuose, pas gydytoją ir t.t. Svarbiausias veiklos akcentas – apmąstyti, kaip įsakymų vykdymas skatina juos jaustis ir kaip jie reaguoja.
<b>Lyčių stereotipų aptarimas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Užsiėmimas padeda vaikams įvardyti, kokias fizines ir psichologines pasekmes mokiniais turi smurtas lyties pagrindu.	Šis pratimas leidžia vaikams tyrinėti lyties stereotipus. Jis ypač reikšmingas tiriant vaikų nuostatas apie tai, kas yra stiprybė bei silpnybė ir kaip šios savybės priskiriamos lyčiai. Vaikai padrąšinami aptarti lyties normas, kurios apibrėžia, kaip kieno kūnas turi judėti.

<b>Vaivorykštės kambarys</b>	• 8–9 metų vaikai	Šis pratimas gali padėti vaikams suprasti, kokia nemaloni ir traumuojanti gali būti diskriminacija arba neteisingas elgesys su kitu žmogumi. Užsiėmimas padės vaikams geriau suvokti, kad su visais reikia elgtis vienodai, kad ir kokie skirtingi jie būtų.	Vedėjas turėtų paaiškinti, kad žmonės skirtingi ir kad labai svarbu besąlygiškai gerbti ir priimti kitus tokius, kokie jie yra. Vedėjui reikėtų pabrėžti, kad visi vaikai turi teisę į maistą, išsilavinimą ir būti išgirsti. Vedėjas paaiškina, kad su kai kuriais vaikais elgiamasi neteisingai dėl jų lyties, etninės kilmės, socio-ekonominės padėties, gebėjimų, seksualumo ar religijos. Vaikai gaus paaiškinimus jų amžių atitinkančia kalba.
<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 nejaukiai.
<b>Smurto lyties pagrindu pasekmės</b>	• 10–12 metų vaikai	Ši veikla padeda vaikams įvardyti mokykloje vykstančio smurto lyties pagrindu poveikį mokiniams ir apsvarstyti 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 erzinių 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“ tąsa)</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 lytiškumui jautrios pedagogikos tema

### Užsiėmimai mokytojams ir tėvams

<b>Pavadinimas:</b>	Termometras, arba Judrieji debatai
<b>Trukmė:</b>	10–15 minučių
<b>Tikslinė grupė:</b>	Mokytojai ir tėvai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šiuo užsiėmimu siekiama tyrinėti lygybės ir nelygybės sąvokas per „judriuosius debatus“. Be to, pratimas leis dalyviams apmąstyti savo nuostatas apie lyčių vaidmenis, stereotipus ir lygybę.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lygybė</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Refleksija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <p>Nėra</p> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia, kaip užsėmimo vedėjas, paprašykite dalyvių sustoti į liniją per visą patalpą. Paaškindite, kad vienas linijos galas reiškia „Visiškai sutinku“, o kitas – „Visiškai nesutinku“. Pasakykite, kad skaitysite teiginius, o dalyviai turės atsistoti tame linijos taške, kuris geriausiai atspindi jų sutikimo ar nesutikimo su teiginiu lygį.</p> <p>Perskaitykite žemiau esančius teiginius ir leiskite dalyviams susirasti savo vietą. Visiems susiradus ją, išrinkite kelis dalyvius ir paprašykite jų paaiškinti, kodėl jie atsistojo būtent ten, kur stovi.</p> <p><b><u>Teiginiai:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jei berniukui ar mergaitei pasakoma „Tu kvailas“, jis ar ji gali įtikėti, kad taip ir yra.</li> <li>• Mokytojai, kurie bendrauja šiurkščiai (įsakmiai, garsiai kalba, rėkia), gali sukelti mokiniams baimę.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mokytojai gali padėti mokiniams dirbti našiau juos girdami už sėkmes ir suteikdami teigiamą konstruktyvų grįžtamąjį ryšį.</li> <li>• Lygių galimybių berniukams ir mergaitėms sudarymas naudingas visiems.</li> <li>• Vienodai dažnai klasėje vartoti įvardžius „jis“ ir „ji“ ne itin svarbu. Mokiniai žino, ką turite omenyje.</li> <li>• Mergaitei, mokymosi rezultatais klasėje pralenkusiai berniukus, gali kilti problemų.</li> <li>• Mokytojų siunčiamos nežodinės žinutės gali pastiprinti lyčių nelygybę.</li> <li>• Seksualinis priekabiavimas dažnai prasideda nuo kūno kalbos.</li> <li>• Ryžtingos merginos nėra tiek populiarios mokykloje kaip ne tokios ryžtingos.</li> <li>• Berniukai iš prigimties agresyvesni už mergaites.</li> <li>• Moterys fiziškai silpnesnės už vyrus.</li> <li>• Vaikai, kuriais mamos nesirūpino vaikystėje, suaugę nėra su jomis artimi.</li> <li>• Pagal prigimtį, kaip ir gyvūnijos pasaulyje, vyrai viršesni už moteris.</li> <li>• Moterys, kurios rengiasi ar elgiasi taip, kaip jų kultūroje nepriimtina, provokuoja smurtą savo atžvilgiu.</li> <li>• Moteris, paliekanti namus dėl to, kad vyras retkarčiais jai suduoda, reaguoja per jautriai.</li> <li>• Moterys geresnės slaugės nei vyrai.</li> <li>• „Atsilikusios“ kultūros yra patriarchalinės; „pažangios“ kultūros tokios nėra.</li> <li>• Moterys – didžiausi priešai sau pačioms.</li> <li>• Jei siekiama laimingos santuokos, vyro išsilavinimas, atlyginimas, amžius ir statusas turi būti aukštesnis (didesnis) nei žmonos.</li> </ul>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Užsiėmimo vedėjas gali pritaikyti teiginius pagal klasės kontekstą ir dalyvių interesus. Išgirdę kitų argumentus, dalyviai gali apsigalvoti ir pakeisti savo poziciją pasirinktoje erdvės vietoje. Leiskite jiems judėti ir keisti vietą. Po užsiėmimo paklauskite dalyvių, gal jie norėtų pasidalyti savo jausmais.</p>

Pavadinimas: Susipažinimas su lytiškumo sąvokomis	
<b>Trukmė:</b>	10–15 minučių
<b>Tikslinė grupė:</b>	Mokytojai ir tėvai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas rekomenduojamas kaip išjudinantis pratimas, kurio tikslas – pagausinti dalyvių žinias apie su lytiškumu susijusias sąvokas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Informacija</li> <li>• Refleksija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kortelės (Priede)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia, vedėjas turėtų surašyti <b>lytiškumo sąvokas</b> (lytis, lyčių stereotipai, kt.) kortelėse arba atspausdinti ir iškirpti dalomąją medžiagą iš Priedo Nr. 1. Išdalykite jas dalyviams. Keli dalyviai gali gauti tas pačias lytiškumo sąvokas. Priklijuokite lytiškumo sąvokas atitinkančias apibrėžtis prie sienų užsiėmimo patalpoje. Paprašykite, kad dalyviai parinktų tinkamą apibrėžtį sąvokai, kurią jie gavo. Pasidalykite grįžtamoju ryšiu apie sąvokas ir moderuokite diskusiją.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vedėjai gali koreguoti su lytimi susijusias sąvokas priklausomai nuo užsiėmimo tikslų ir (ar) dalyvių žinių. Užsiėmimo pabaigoje vedėjai gali grįžti prie sąvokų ir jų apibrėžčių bei atlikti greitą žinių įsisavinimo įvertinimą viktorinos forma, pvz., pasinaudoję virtualia platforma <i>kahoot.it</i>.</p>

### Nuoroda į šaltinį:

[Gender Responsive Pedagogy Manual for Pre-service and In-service Teacher Training, Federal Democratic Republic of Ethiopia.](#)

Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.



Lytiškumo sąvoka	Apibrėžtis
Lytis socialiniu aspektu ( <i>gender</i> )	Apibūdina moterims ir vyrams socialiai sukonstruotą rinkinį lūkesčių, elgsenos ir veiklų, priskirtų jiems biologinės lyties pagrindu.
Diskriminacija lyties pagrindu	Tai asmens teisių ir galimybių apribojimas arba atėmimas lyties pagrindu.
Lyčių lygybė ( <i>gender equality</i> )	Visų formų diskriminacijos panaikinimas siekiant, kad berniukai ir mergaitės bei vyrai ir moterys turėtų vienodas galimybes ir privalumus. Švietimo požiūriu ji peržengia vienodo berniukų ir mergaičių dalyvavimo ugdyme ribas, t. y. apima ir į lyties aspektus atsižvelgiančios institucinės aplinkos sukūrimą.
Lyčių nešališkumas ( <i>gender equity</i> )	Švietimo kontekste tai – vienodų ištraukimo ir kitų galimybių užtikrinimas berniukams ir mergaitėms.
Lyčių stereotipai	Tai neteisingos ir nesąžiningos nuostatos tam tikros lyties ar lytinės tapatybės žmonių atžvilgiu, kuriomis vadovaujasi daugybė žmonių.
Lyčių aspekto integravimas ( <i>gender mainstreaming</i> )	Tai nuoseklus lyčių lygybės klausimų integravimas į politinių priemonių, programų bei projektų planavimą ir įgyvendinimą įvairiais lygiais, įskaitant ir nacionalinį, regioninį, mokyklų bendruomenių ir klasių.
Jautrus lyčiai ( <i>gender sensitive</i> )	Jautrumas lyčiai reiškia gebėjimą atpažinti lyčių lygybės problemas ir (ar) jų pripažinimas.
Aklumas lyčiai ( <i>gender blind</i> )	Aklumas lyčiai yra negebėjimas atpažinti skirtingus vyrų ir moterų poreikius bei interesus ir į juos reaguoti.
Lyčių vaidmenys	Socialinės ir elgsenos normos, kurios konkrečioje kultūroje plačiai suprantamos kaip socialiai tinkamos konkrečios lyties asmenims.
Lytinė tapatybė	Apibūdina tai, kaip mes jaučiame savo lytį ir kaip norėtume kad kiti matytų mūsų lytį, galinčią sutapti arba nesutapti su priskirtąja mums gimimo metu. Ji apibūdina žmogaus giliai juntamą vidinį asmeninį lyties potyrį ir apima asmeninę kūno pajautą bei kitas raiškas, pavyzdžiui, aprangą, kalbą, manieras.
Lyties raiška	Būdas, kuriuos asmuo praneša apie savo lytį kitiems, įskaitant rūbus, šukuoseną, balsą, elgseną ir įvardžių vartojimą.



Švietimas lytiškumo temomis ( <i>gender education</i> )	Būtina ugdymo programos dalis visuose švietimo sistemos lygiuose. Ji įgalintų berniukus ir mergaites, vyrus ir moteris geriau suprasti, kaip konstruojamas vyriškumas ir moteriškumas, bei socialinių vaidmenų priskyrimo modelius, kurie turi įtakos jų gyvenimams, pasirinkimams, karjeros keliui ir t. t.
Empatija	Gebėjimas įsivaizduoti, ką galvoja ar jaučia kitas.
Biologinė lytis ( <i>sex</i> )	Biologinės ir fiziologinės charakteristikos, apibrėžiančios žmones kaip vyrus, moteris ar interseksualių asmenis. Egzistuoja ne vienas biologinės lyties indikatorius, pavyzdžiui, lytinės chromosomos, vidiniai reprodukciniai organai ir išoriniai lytiniai organai.
Lytiškumas ( <i>sexuality</i> )	Asmens žinios, nuostatos, vertybės ir elgsena, susijusios su lytimi. Jo dimensijos apima seksualinio atsako sistemos anatomiją, fiziologiją ir biochemiją; lytinę tapatybę, orientaciją, vaidmenis ir asmenybę; mintis, jausmus ir santykius. Jos raiškai turi įtakos etiniai, dvasiniai, kultūriniai ir moraliniai veiksniai.
Toksiškas vyriškumas	Praktika, įteisinanti įtakingų vyrų dominuojančią padėtį visuomenėje ir pateisinanti kitų vyrų bei moterų menkinimą ir subordinaciją.
Visapusiškas mokyklos požiūris ( <i>whole school approach</i> )	Visapusiško mokyklos požiūrio prielaida – visi mokyklos bendruomenės nariai (mokytojai, administracija, mokiniai ir tėvai) atlieka esminį vaidmenį kuriant saugią mokyklos kultūrą. Visapusiškas mokyklos požiūris apima visas jos gyvenimo sritis: politiką ir tvarką, mokymo praktikas, ugdymo planus bei fizinę ir socialinę aplinką.

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Lytis socialiniu aspektu ir biologinė lytis (<i>Gender and sex</i>)</b>									
<b>Trukmė:</b>	30 minučių									
<b>Tikslinė grupė:</b>	Mokytojai ir tėvai									
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas skirtas apmąstyti biologinės lyties ir lyties socialiniu aspektu sampratą bei skirtumus tarp jų. Jis sustiprina dalyvių saugumo jausmą kalbant ir diskutuojant lyties temomis.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Informacija</li> </ul>									
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lenta arba dideli lapai</li> <li>• Rašikliai, žymikliai arba pieštukai</li> <li>• Imbierinio žmogeliuko pavyzdys (Priede)</li> <li>• Paruoštos kortelės (Priede)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paprašykite dalyvių paaiškinti, kaip jie supranta biologinės lyties ir lyties socialiniu aspektu skirtumą. Apibendrinkite jų pastebėjimus ir nepamirškite paminėti žemiau nurodytų reikšmingų skirtumų. Galimų atsakymų pavyzdžiai surašyti lentelėje žemiau.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th><b>BIOLOGINĖ LYTIS</b></th> <th><b>LYTIS SOCIALINIŲ ASPEKTU</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Biologiškai apibrėžta</td> <td>Sukonstruota visuomenės</td> </tr> <tr> <td>Universali visiems žmonėms</td> <td>Įvairialypė: skirtinga toje pačioje kultūroje ar įvairiose kultūrose</td> </tr> <tr> <td>Priskiriama gimimo metu</td> <td>Dinamiška, ilgainiui gali keistis</td> </tr> </tbody> </table> <p>Pristatykite dalyviams Imbierinį žmogeliuką ir paprašykite jų pasidalyti nuomone, ką kuri dalis reiškia. Daugiau Imbierinio žmogeliuko paaiškinimų /apibrėžčių rasite čia: <a href="https://www.genderbread.org/">https://www.genderbread.org/</a></p>		<b>BIOLOGINĖ LYTIS</b>	<b>LYTIS SOCIALINIŲ ASPEKTU</b>	Biologiškai apibrėžta	Sukonstruota visuomenės	Universali visiems žmonėms	Įvairialypė: skirtinga toje pačioje kultūroje ar įvairiose kultūrose	Priskiriama gimimo metu	Dinamiška, ilgainiui gali keistis
<b>BIOLOGINĖ LYTIS</b>	<b>LYTIS SOCIALINIŲ ASPEKTU</b>									
Biologiškai apibrėžta	Sukonstruota visuomenės									
Universali visiems žmonėms	Įvairialypė: skirtinga toje pačioje kultūroje ar įvairiose kultūrose									
Priskiriama gimimo metu	Dinamiška, ilgainiui gali keistis									

	<p>Padalykite keliems dalyviams (arba paprašykite savanorių padalyti) korteles su žemiau esančiais teiginiais apie vyrus ir moteris.</p> <p><b><u>Paprašykite, kad jie garsiai perskaitytų teiginius paeiliui.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Moteris gimdo vaikus, vyrai ne.</li> <li>• Rūpinimasis vaiku yra moters atsakomybė, nes ji gali žindyti.</li> <li>• Vyrams auga ūsai.</li> <li>• Moteris įprastai apibrėžia XX , vyrus – XY chromosomų rinkinys.</li> <li>• Moteris negali nešioti sunkių daiktų.</li> <li>• Mergaitės labiau linkusios konkuruoti nei berniukai.</li> <li>• Moteris bijo dirbti ne namuose naktimis.</li> <li>• Vyrų balsai „lūžta“ brandos metu, moterų – ne.</li> <li>• Moteris emocionalios, vyrai racionalūs.</li> <li>• Daugumos moterų plaukai ilgi, daugumos vyrų – trumpi.</li> <li>• Dauguma mokslininkų yra vyrai.</li> <li>• Moteris moka gaminti iš prigimties.</li> <li>• Moterų reprodukcinės sistemos dalis – kiaušidės, vyrų – sėklidės.</li> <li>• Moterims įprastai kartą per mėnesį būna mėnesinės.</li> <li>• Vyrai labiau linkę į agresyvumą.</li> <li>• Mergaitės labiau linkusios atjausti.</li> </ul> <p>Paprašykite dalyvių atrinkti, kurie teiginiai apibūdina biologinės, o kurie – pagal Imbierinio žmogeliuko priedą socialiai sukonstruotos lyties apibrėžtas savybes ar elgesį. Paprašykite jų paaiškinti, kodėl taip mano.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paašškinkite grupei, kad šie teiginiai tėra skirti inicijuoti diskusiją apie tai, kokius vyrų ir moterų vaizdinius kuria visuomenė ir kokios nuostatos lyčių atžvilgiu dėl to formuojasi. Taip pat paašškinkite, kodėl siekiant lyčių lygybės svarbu suprasti biologinės lyties ir lyties socialiniu aspektu skirtumus. Tai padeda mums geriau suprasti nelygybės tarp vyrų ir moterų priežastis, kurios kyla ne dėl biologinių skirtumų, bet dėl socialiai sukonstruotų lyčiai priskiriamų charakteristikų.</p>

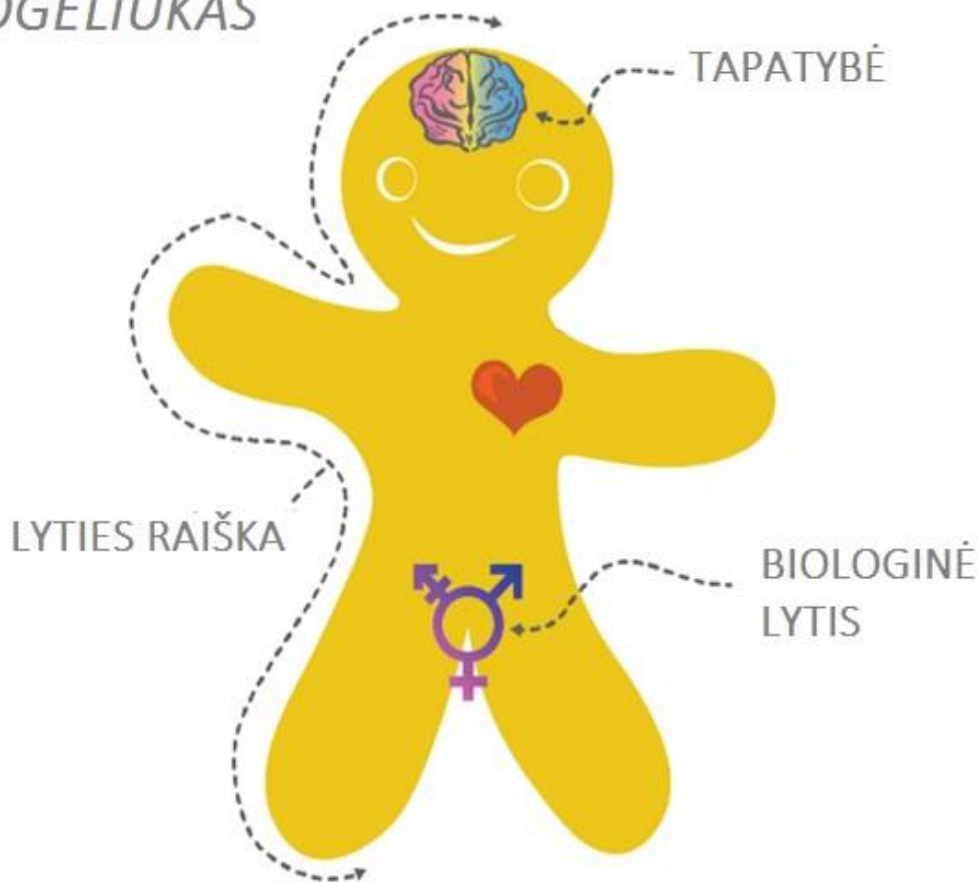
**Nuoroda į šaltinį:**

[The Genderbread person project, a part of hues, a global justice collective ; CARE Gender, Equity, and Diversity Training Priemonės, Module 4: Gender Training](#)

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

# IMBIERINIS ŽMOGELIUKAS

by its pronounced METROsexual.com



## Teiginiai apie biologinę lytį ir lytį socialiniu aspektu

<i>Moterys gimdo vaikus, vyrai ne.</i>	<i>Moteris įprastai apibrėžia XX, vyrus – XY chromosomų rinkinys.</i>
<i>Rūpinimasis vaiku yra moters atsakomybė, nes ji gali žindyti.</i>	<i>Mergaitės labiau linkusios konkuruoti nei berniukai.</i>
<i>Vyrams auga ūsai.</i>	<i>Moterys bijo dirbti ne namuose naktimis.</i>
<i>Moterys negali nešioti sunkių daiktų.</i>	<i>Vyrų balsai „lūžta“ brandos metu, moterų – ne.</i>
<i>Moterys emocionalios, vyrai racionalūs.</i>	<i>Daugumos moterų plaukai ilgi, daugumos vyrų – trumpi.</i>
<i>Dauguma mokslininkų yra vyrai.</i>	<i>Moterys moka gaminti iš prigimties.</i>
<i>Moterų reprodukcinės sistemos dalis – kiaušidės, vyrų – sėklidės.</i>	<i>Moterims įprastai kartą per mėnesį būna mėnesinės.</i>
<i>Vyrai labiau linkę į agresyvumą.</i>	<i>Mergaitės labiau linkusios atjausti.</i>

<b>Pavadinimas:</b> „Išcentruoti“: Darbas su vaizdiniais	
<b>Trukmė:</b>	40–50 minučių
<b>Tikslinė grupė:</b>	Mokytojai ir tėvai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas paskatins dalyvius permąstyti sociokultūrinę lyčių stereotipų, lyčių vaidmenų ir pačios lyties kilmę. Vaizdiniai ir diskusijos užsiėmimo pabaigoje padės dalyviams suprasti ir įvardyti šališkas su lytimi susijusias nuostatas ir socialines vertybes, kuriomis vadovaujasi jų iki galo nesuvokiantys asmenys. Taip pat dalyviai galės patyrinti stereotipus, kuriais vadovaujasi ar su kuriais yra susidūrę. Užsiėmimo vedėjai padės dalyviams atpažinti stereotipus, kurie gali būti susiję su smurtu lyties pagrindu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Informacija</li> <li>• Kritinis mąstymas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Įvairovė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Atspausdintos nuotraukos ir lipnios juostelės joms priklijuoti ant sienos (arba per projektorius rodomos skaidrės)</li> <li>2) Tušti popieriaus lapai</li> <li>3) Lenta/dideli lapai</li> <li>4) Rašikliai/žymikliai/pieštukai (priklausomai nuo paviršiaus, ant kurio bus rašoma)</li> </ol> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p><b><u>Kaip pristatyti „išcentravimo“ pratimą</u></b></p> <p>Išcentravimas remiasi mintimi, kad žmonės į pasaulį žvelgia per savo „kultūrinį filtrą“. Kultūrinis filtras yra nuostatų, normų, vertybių, šališkų</p>



įsitikinimų rinkinys, kurį įgyjame per gyvenimą ir kuris tampa mūsų metaforiniais akiniais, per kuriuos mes patiriame pasaulį ir jame veikiame.

Šio užsiėmimo metu suprasime ir įvardysime savo vertybes, nuostatas ir šališkus įsitikinimus lyčių stereotipų atžvilgiu, kad vėliau galėtume įsitraukti į diskusiją apie tai, kaip neigiamai šie stereotipai mus veikia privesdami prie smurto lyties pagrindu.

Atrinkite ir atspausdinkite nuotraukas, susijusias su lyčių stereotipais (kai kurie pavyzdžiai pateikti Priede – „Išcentuoti“: Darbas su vaizdiniais“, tačiau vedėjai gali atrinkti ir kitas nuotraukas, kurios geriausiai tiktų jų pasirinktai auditorijai). Dalyviams dar nepradėjus apžiūrėti nuotraukų, būtinai supažindinkite juos su užsiėmimo nurodymais (pateiktais žemiau).

Perskaitykite garsiai tą dalį, kuri paaiškina, kas yra „išcentravimo“ pratimas, ir įsitikinkite, kad dalyviai aiškiai supranta užsiėmimo tikslus. Ant lentos arba didelio lapo trimis stulpeliais užrašykite: a) objektyvus nuotraukos apibūdinimas; b) tavo jausmai; c) vertybės ir normos.

Pristatykite užsiėmimą dalyviams (naudodamiesi pirma pateiktu aprašymu) ir paprašykite jų dar nežiūrėti į nuotraukas ant sienų.

Paprašykite dalyvių pažiūrėti į nuotraukas ir pasirinkti tą, kuri kelia stipriausią emocinę reakciją. Reakcija gali būti ir teigiama, ir neigiama; svarbiausia – jos intensyvumas. Padrąsinkite dalyvius pasirinkti vadovaujantis nuojauta, o ne argumentuotu vertinimu.

Suteikite dalyviams pakankamai laiko išžiūrėti į nuotraukas ir pasirinkti vieną. Pasirinkę jie turi likti prie nuotraukos, kurią pasirinko.

Dabar leiskite jiems pasiimti pasirinktą nuotrauką ir atsisėsti prie stalo. Duokite popieriaus lapą ir rašymo priemones. Jei keli žmonės pasirinko tą pačią nuotrauką, jie gali prie stalo susėsti kaip nedidelė grupė, bet dirbti vis viena turės po vieną.

Paprašykite dalyvių, kad jie, dirbdami tyloje ir individualiai, atsakytų į žemiau esančius klausimus ant savo lapų:

	<p>a. Kokie ar koks elementas nuotraukoje sukėlė jums stiprią emocinę reakciją?</p> <p>b. Apibūdinkite nuotrauką (ne interpretuokite, ne kelkite hipotezes, bet paprasčiausiai aprašykite, ką objektyviai matote).</p> <p>c. Kokias emocijas sukėlė nuotrauka? Kaip jaučiatės į ją žiūrėdami?</p> <p>d. Kokias vertybes ar normas nuotrauka vaizduoja? Vertybės turėtų būti įvardytos per teiginį (pvz., jei jie galvoja apie „nelygybę“, jie turėtų rašyti „lygybė“ – kaip tai, kas jiems yra vertybė).</p> <p>Grįžkite į didelę grupę ir paprašykite dalyvių pasidalyti savo atsakymais į klausimus. Jei grupė didelė, leiskite jiems pristatyti atsakymus kaip grupei. Pristatyti atsakymus pagal eilę – šio pratimo sėkmės pamatas.</p> <p>Kol dalyviai atsakinėja, užrašykite jų mintis ant lentos ar didelio lapo stulpeliais, kuriuos paruošėte anksčiau. Turėsite palaikyti juos, jei kylančias emocijas ar vertybes prireiks įvardyti. Paskatinkite juos žvelgti giliau. Po to, kai visi stulpeliai bus aptarti, aptariamoms nuotraukoms nepasirinkę dalyviai taip pat gali pasidalyti mintimis.</p> <p>Aptarkite nuotrauką po nuotraukos ir diskusijos pabaigoje pakvieskite dalyvius pabandyti atspėti, o kokios yra žmogaus nuotraukoje vertybės.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Užsiėmimo pabaigoje vedėjas gali paklausti dalyvių, ką jie mano apie užsiėmimą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ką jie sužinojo apie save?</li> <li>- Ką jie sužinojo apie lyties stereotipus?</li> </ul> <p>Paskatinkite aptarti lyties ir lyčių stereotipų kultūrinius aspektus.</p>

**Nuoroda į šaltinį:** „Išcentravimo“ pratimas naudojamas kaip mokymų apie tarpkultūrinius konfliktus ir sąveikas dalis, jį sukūrė prancūzų organizacija, įkvėpta Kritinių įvykių ([Critical Incidents](#)) metodologijos, kurią savo ruožtu sukūrė socialinė psichologė Margalit Cohen Emerique.

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## „Išcentruoti“: Darbas su vaizdiniais“ pratimo nuotraukos

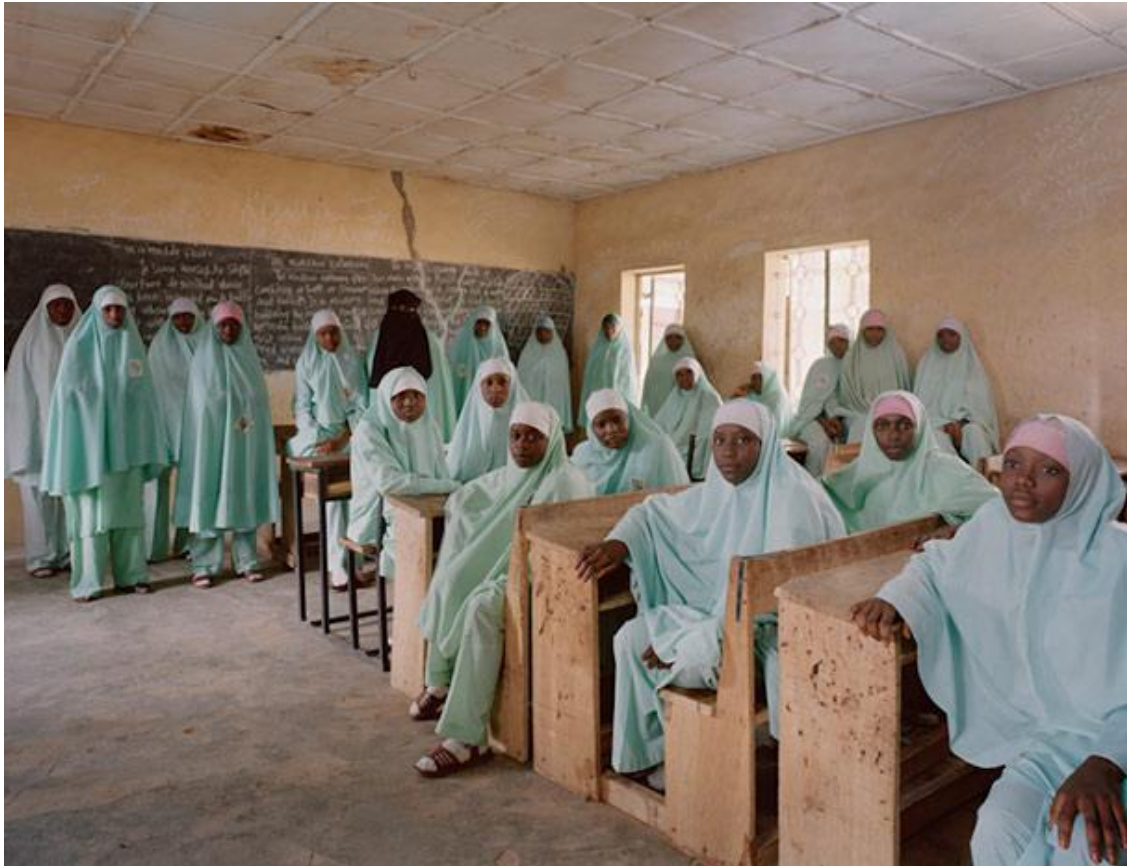


*This report was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014 - 2020). The content of this report represents the views of the author only and is his/her sole responsibility. The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information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



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







<b>Pavadinimas:</b>	<b>Diskusija apie smurtą lyties pagrindu</b>
<b>Trukmė:</b>	40 minučių
<b>Tikslinė grupė:</b>	Mokytojai ir tėvai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šiuo pratimu siekiama padėti dalyviams visapusiškai įvaldyti smurto lyties pagrindu sampratą. Užsiėmimo vedėjai pateiks įvairių formų smurto lyties pagrindu pavyzdžių. Užsiėmimui pasibaigus dalyviai supras, kad bet kas gali tapti smurto lyties pagrindu taikiniu, bet kai kurių grupių tikimybė tapti tokiu taikiniu didesnė.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Informacija</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Įvairovė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• juoda (balta) lenta/dideli lapai</li> <li>• pieštukai/žymikliai/kreida</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia užsiėmimo vedėjai turėtų paaiškinti, kad egzistuoja daug diskriminacijos ir smurto formų, tarp jų ir žodinis, fizinis bei psichologinis smurtas. Derėtų paklausti, kurioms grupėms ar asmenims, dalyvių manymu, yra didesnė tikimybė patirti diskriminaciją ir smurtą? Sudarykite sąrašą lentoje.</p> <p>Vėliau svarbu paaiškinti, kad visame pasaulyje moterų tikimybė patirti diskriminaciją lyties pagrindu didesnė nei vyrų. Tačiau kai kurie lyties normų neatitinkantys vyrai taip pat patiria diskriminaciją lyties pagrindu. Šio užsiėmimo metu kalbėsime ir mąstysime apie smurtą lyties pagrindu.</p> <p>Paprašykite dalyvių prisiminti, ką reiškia sąvoka „lytis socialiniu aspektu“. (Žr. užsiėmimus „Supažindinimas su lyties sąvokomis“ ir „Lytis biologiniu ir</p>

**lytis socialiniu aspektu“).** Paaiškinkite, kad sugretinę sąvokas „lytis“ ir „smurtas“ gauname smurto lyties pagrindu sąvoką.

Pateikite jiems žemiau parašytą smurto lyties pagrindu apibrėžtį:

**Smurtas lyties pagrindu** – prieš asmenį ar grupę nukreiptas smurtas dėl to asmens lyties. Smurtas lyties pagrindu yra bet koks veiksmas, kurio (galima) pasekmė – fizinė, seksualinė ar psichologinė žala ar kančia asmeniui (vyru, moteriai, translyčiam asmeniui), sukelta vadovaujantis lyties vaidmens lūkesčiais ir stereotipais. Smurtas lyties pagrindu yra plačiai paplitusių su lyties vaidmeniu siejamų lūkesčių ir nelygaus galios santykio tarp lyčių pasekmė. Smurtas lyties pagrindu gali paveikti kiekvieną (įskaitant vyrus, moteris, interlyčius, translyčius asmenis).

Paprašykite dalyvių pateikti smurto lyties pagrindu pavyzdžių. Stenkitės gauti pavyzdžių apie kiekvieną smurto formą (fizinę, žodinę, psichologinę, seksualinę). Keli pavyzdžiai pateikti žemiau.

### **Smurto lyties pagrindu pavyzdžiai**

**Fizinis:** Vyras trenkia žmonai už tai, kad jam panorėjus valgyti ji nepagamino vakarienės.

**Žodinis:** Jaunuolis dalijasi nepagarbiais komentarais apie kitą jaunuolį, kuris atrodo moteriškai.

**Psichologinis:** Vaikinas grasina savo merginai sugriausiantis jos reputaciją, jeigu ši nesiels taip, kaip nori jis.

**Seksualinis:** Vyras, verčiantis moterį patenkinti jį seksualiai, nors ji to nenori.

Paaiškinkite, kad dalyviai dirbs mažomis grupėmis. Jiems bus paskirti tam tikri su smurto lyties pagrindu susiję scenarijai (pavyzdžiai pateikti Priede Nr. 5), taip pat jų bus prašoma sukurti savus scenarijus. Šie scenarijai turi būti paremti įvairių smurto lyties pagrindu formų pavyzdžiais, sutinkamais mokykloje ar už jos ribų. Dalyviams reikės įvardyti, kokios ar kokių rūšių smurtas lyties pagrindu aprašomas scenarijuje. Taip pat jų bus prašoma

	<p>pagalvoti, ką galima būtų padaryti tam, kad pavyktų išvengti tokio smurto arba kad būtų tinkamai į jį reaguota. Padalykite scenarijus grupėms.</p> <p>Paprašykite dalyvių padiskutuoti šiais klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kokios rūšies smurtas lyties pagrindu atsispindi šiame scenarijuje (fizinis, žodinis, psichologinis, seksualinis)?</li> <li>• Kaip tai, kas vyksta, gali paveikti asmenį?</li> <li>• Kas turi pasikeisti, kad pavyktų išvengti tokių situacijų?</li> <li>• Kas turi pasikeisti, kad būtų tinkamai sureaguota, jei problema vis dėlto iškiltų?</li> </ul> <p>Paprašykite, kad grupės pasidalytų tuo, apie ką diskutavo, bei tuo, kokių turi pasiūlymų tiek dėl prevencijos, tiek dėl tinkamo atsako.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Smurtas lyties pagrindu yra smurtas, kurio pagrindas – asmens lytiškumas. Jis gali būti nukreiptas į bet ką, bet daugiausia dėl jo nukenčia žmonės, neatitinkantys lyties normų. Jis gali likti nepastebėtas, nes gali būti laikomas lyties normos – naudoti jį prieš tuos, kurie neatitinka su lytimi siejamų lūkesčių – dalimi. Galime kovoti su smurtu lyties pagrindu, išmokdami atpažinti jį ir įvairias jo formas. Įvardijimas, kad tai – netinkami veiksmai, gali būti pirmasis žingsnis užbėgant už akių smurtui arba formuojantis tinkamiems reagavimo į jį būdams. Naudodami skirtingas prevencijos ir efektyvias reagavimo strategijas galime sumažinti smurto lyties pagrindu daromą žalą.</p> <p>Vedėjai gali priminti dalyviams apie privatumą sakydami: „Galbūt visai nesunku pasakoti istorijas apie tai, kas ir ko yra padaręs praeityje. Jos gali sukelti ginčus ir kaltinimus. Mes savo scenarijais naudojames norėdami aptarti problemas. Be to, susitelksime ties tuo, kaip teisingai elgtis ateityje. Jei rašysite apie realius žmonių išgyvenimus, atliekant užduotis jums labai svarbu išsaugoti žmonių privatumą. Tai reiškia, kad neturėtumėte skelbti jų vardų ar kitų detalių, pagal kurias galima atpažinti, kas jie. Tai vienas iš būdų parodyti, kad vienas kitą gerbiame, ir padėti vienas kitam mokytis.“</p>



**Nuoroda į šaltinį:**

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

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Scenarijai

### Scenarijus Nr. 1

Ketvirtadienį Laura ėjo į mokyklą. Įprastai ji eina su draugais, bet tądien jų nebuvo šalia, o ji nenorėjo dėl jų pavėluoti. Už kelių gatvių nuo mokyklos, ji turėjo praeiti pro didelę grupę stoviniuojančių berniukų iš vyresniųjų klasių. Jai einant pro šalį jie pradėjo švilpti, o vienas jų palietė jos kojas.

#### Aptarkite klausimus:

- Kokios rūšies smurtas lyties pagrindu vaizduojamas šiame scenarijuje (fizinis, žodinis, fizinis seksualinis)?
- Kaip šis smurtas paveikia jį patiriantį žmogų?
- Kas turi pasikeisti, kad tokios situacijos daugiau nesikartotų?
- Kas turi pasikeisti, kad būtų tinkamai reaguota, jei taip vis dėlto atsitiktų?

### Scenarijus Nr. 2

Jonas yra 6 klasės mokinys. Jo bendraklasiai ėmė prie jo priekabauti, erzinti, esą jis atrodo kaip mergaitė. Trečiadienį jam kaip visada nuėjus žaisti krepšinio, komandos draugai pareiškė nebenorintys jo matyti savo komandoje. Vėliau Jonas paklausė vieno iš draugų, kas atsitiko, kad jo draugai atsuko jam nugarą. Šis jam pasakė, kad kažkas visame feisbuke išplatino fotošopu padirbtas nuotraukas, kuriose Jonas apsirengęs kaip mergaitė.

#### Aptarkite klausimus:

- Kokios rūšies smurtas lyties pagrindu vaizduojamas šiame scenarijuje (fizinis, žodinis, fizinis seksualinis)?
- Kaip šis smurtas paveikia jį patiriantį žmogų?
- Kas turi pasikeisti, kad tokios situacijos daugiau nesikartotų?
- Kas turi pasikeisti, kad būtų tinkamai reaguota, jei taip vis dėlto atsitiktų?

### Scenarijus Nr. 3

Joanai 12 metų. Per vasaros atostogas jos kūnas pasikeitė. Pirmą dieną grįžusi į mokyklą ji patyrė kelių berniukų patyčias – badymą pirštais ir juokelius. Kai kurie stengėsi atsitrenkti į ją koridoriuje. Vienas jų nuolat baksnojo pirštu į jos krūtinę ir rodė ženklus, kad ji paaugo. Kiti berniukai tuo metu juokėsi. Ji ėmė gailėtis, kad grįžo į mokyklą.

#### Aptarkite klausimus:

- Kokios rūšies smurtas lyties pagrindu vaizduojamas šiame scenarijuje (fizinis, žodinis, fizinis seksualinis)?
- Kaip šis smurtas paveikia jį patiriantį žmogų?
- Kas turi pasikeisti, kad tokios situacijos daugiau nesikartotų?
- Kas turi pasikeisti, kad būtų tinkamai reaguota, jei taip vis dėlto atsitiktų?

## Sukurkite savo scenarijų

### Aptarkite klausimus:

- Kokios rūšies smurtas lyties pagrindu vaizduojamas šiame scenarijuje (fizinis, žodinis, fizinis seksualinis)?
- Kaip šis smurtas paveikia jį patiriantį žmogų?
- Kas turi pasikeisti, kad tokios situacijos daugiau nesikartotų?
- Kas turi pasikeisti, kad būtų tinkamai reaguota, jei taip vis dėlto atsitiktų?

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Jautrios lytiškumui mokyklos vizija</b>
<b>Trukmė:</b>	40 minučių
<b>Tikslinė grupė:</b>	Mokytojai ir tėvai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas skatina dalyvius įsivaizduoti ir giliai permąstyti jautrios lytiškumui mokyklos ypatumus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vizualizacija</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b> Nėra</p> <p><b><u>Nurodymai:</u></b> Kolektyviniai apsvarstykite dalyvių mintis apie jautrias lyčiai mokyklas (siūlymų užrašinėti nereikia). Pasakykite grupei, kad dabar pristatysite vizualizaciją, naują ir kūrybinį metodą, kuris pasitelkia vieną iš galingiausių mūsų turimų išteklių – mūsų protus, kad visi mes kartu įsivaizduotume tikslą, kurio siekiame. Paaiškinkite esminius vizualizacijos žingsnius:</p> <p><b>Kūrybinės vizualizacijos žingsniai:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Atsipalaiduoti</b></li> <li>• <b>Nustatyti tikslą</b></li> <li>• <b>Sukurti aiškų jo vaizdą</b></li> <li>• <b>Susitelkti ties juo</b></li> <li>• <b>Sutelkti į jį pozityvią energiją</b></li> </ul> <p>Paaiškinkite, kad atsipalaidavimas įsivaizdavimo procesui itin svarbus, nes atsipalaidavę jautriau reaguojame į aplinką. Paprašykite dalyvių užsimerkti, atsipalaiduoti ir įsivaizduoti, kad jie yra gerai žinomi</p>

lytiškumo temų lektoriai. Kad jiems būtų lengviau atsipalaiduoti, lėtu, raminančiu balsu perskaitykite žingsnius.

### **Atsipalaidavimas prieš kūrybinę vizualizaciją**

Atsisėskite ant kėdės, patogiai pastatę pėdas ant žemės. Jūsų akys užmerktos, Jūsų nugarą tiesi. Įkvėpkite. Leiskite įkvėptam orui pasiekti apatinę jūsų pilvo dalį. Iškvėpdami pajuskite, kaip įtampa palieka jūsų kūną.

Toliau giliai kvėpuokite, atpalaiduodami kiekvieną savo kūno dalį. Pradėkite nuo savo pėdų ir kilkite aukštyn link blauzdų, kelių, šlaunų...

Tegu jums atpalaiduojant sėdmenis ir pilvą kėdė sugeria visą jūsų kūno svorį. Tegu jūsų kojos atsipalaiduoja ties klubais. Atpalaiduokite įtampą apatinėje nugaros dalyje ir pilve.

Kvėpuokite lėtai ir švelniai, atpalaiduokite vidurinę savo kūno dalį, tiek viduje, tiek iš išorės.

Atpalaiduokite įtampą pirštuose... rankose... riešuose... alkūnėse...

Tegu jūsų rankos nusvyra laisvai. Atpalaiduokite įtampą, susikaupusią pečiuose. Pajuskite, kaip minkštėja krūtinė. Atpalaiduokite kaklą ir gerklę.

Atpalaiduokite žandikaulį ir raumenis aplink lūpas. Atpalaiduokite skruostus ir raumenis aplink akis. Pajuskite, kaip jūsų akys atsipalaiduoja akiduobėse. Atpalaiduokite įtampą kaktoje, ausyse ir galvos odoje.

Toliau kvėpuokite švelniai. Pajuskite, kaip grindys remia jūsų kojas.

Susitelkite ties savo kvėpavimu.

Palydėkite dalyvius vizualizacijos link žemu, lėtu balsu. Prireikus pakeiskite nurodymus.

### **Vizualizacijos nurodymai**

Užsimerkite ir įsivaizduokite, jog keliaujate paplūdimiu. Užuoskite druskos prisigėrusį orą. Pajuskite smėlį tarp kojų pirštų. Pajuskite saulę ant veido.

*Šilta ar vėsu?*

Stebėkite, kaip bangos artėja ir traukiasi. Išgirskite žuvėdrų klyksmus. Jūs keliate netoliese esančiu siauru parku ir pasiekiate Laisvės kelią. Atvažiuoja autobusas. Keleiviai audringai šurmuliuoja. Jūs išokate. Vairuotojas praneša, kad keliate į ateitį. Pajuskite susijaudinimą. Autobusas greitėja. Juda vis greičiau ir greičiau.

Praskrieja 2020... 2023....

Jūs pasiekėte 2030-uosius.

Išlipate iš autobuso, o priešais jus – jautri lyčiai mokykla. Jaučiatės susijaudinęs ir kupinas ryžto.

Apsidairykite.

*Ką matote?*

*Kokia tai aplinka, miestas ar kaimas?*

Apžiūrėkite žmones, su kuriais dirbate.

*Kaip jie atrodo? Moterys ar vyrai? Jauni ar seni? Kaip jie apsirengę?*

Pasivaikščiokite aplink mokyklą.

*Kaip atrodo klasės? Pastebėkite, kaip sustatytos kėdės. Ką daro mokiniai? Ar jie piešia, vaidina, dainuoja? Ar girdite muziką? Ką dar matote?*

Apžiūrėkite aplinką. Pažvelkite į sienas, duris, langus, sodą.

*Ar matote mokinius? Mokyklos valdovus? Kaip jie elgiasi vieni su kitais ir su jumis?*

Veskite užsiėmimą klasėje.

*Kaip berniukai ir mergaitės vieni su kitais elgiasi klasėje?*

Atverskite vadovėlį.

*Ką matote? Ar jums patinka matyti tai, ką jums reikės daryti? Ar jaučiatės prasmingai prisidėdami prie bendruomenės gerovės?*

Po to atsižvelgdami į situaciją turėtumėte nurodyti auditorijai, kaip pabaigti vizualizaciją.










	<p><b><u>Vizualizacijos pratimo pabaiga</u></b></p> <p>Paskutinį kartą apsižvalgykite žinodami, kad vos panorėję bet kada galėsite grįžti. Pasitikrinkite, kaip jaučiatės. Lėtai gražinkite dėmesį prie savo kvėpavimo. Pajuskite savo kojas ant žemės. Tris kartus giliai įkvėpkite. Kai suskaičiuosiu iki penkių, atmerkite akis, jausdamiesi atsipalaidavę ir atsinaujinę.</p> <p>Vienas... du... trys... keturi... penki.</p> <p>Paprašykite dalyvių apibūdinti arba nupiešti, ką buvo įsivaizdavę. Jie gali dirbti poromis. Pakabinkite piešinius, jei tokių bus. Apibendrinkite atsakymus.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Jautrioje lytiškumui mokykloje mokytojai, mokiniai, tėvai ir bendruomenė supranta ir praktikuoja lyčių lygybę. Lytiškumui jautri mokykla kuria mokymosi, socialinę ir fizinę aplinką, kuri gerbia specifinius berniukų ir mergaičių poreikius. Mokyklos administravimo sistema, politika ir praktika yra demokratinės ir įtraukios. Tiek valdymo, tiek veikimo lygmenimis jos pripažįsta poreikius lyties pagrindu ir reaguoja į juos. Mokymo turinys (mokymo metodologijos, mokymosi priemonės, klasės sąveikos ir akademinio proceso vadyba) jautrus lytiškumui. Fizinė aplinka (pastatai, baldai ir įranga) draugiški lyčių įvairovei.</p>

**Nuoroda į šaltinį:**

**[UNDERSTANDING GENDER - A training module for teachers](#)**



## Užsiėmimai 8–9 metų vaikams

Pavadinimas: Lyčių vaidmenys ir charakteristikos										
<b>Trukmė:</b>	30 minučių									
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai									
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – atskleisti vaikų nuostatas lyčių vaidmenų atžvilgiu ir lyčių charakteristikas, kad vėliau būtų galima diskutuoti, kritiškai vertinti ir aptarti duotąją temą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Informacija</li> <li>• Refleksija</li> </ul>									
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juoda (balta) lenta/ dideli lapai</li> <li>• Rašymo priemonės (pieštukai, žymikliai, kreida)</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Ant lentos pakabinkite dideliame popieriaus lape atspausdintą paveikslėlį iš dalomosios medžiagos (priede žemiau) arba padarykite priede nurodytą lyčių lentelę.</p> <p><b>Lentelė (a) – Lytys</b></p> <div style="text-align: center;"> <table border="1" style="width: 100%; height: 150px;"> <tbody> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;"></td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;"></td> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;"></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </tbody> </table> </div>									
										

- 1) Vedėjas turėtų paaiškinti vaikams priedą ir ką reiškia siluetai. Išsirinkite du teiginius iš žemiau pateiktos *viršutinės* lentelės (b) „Lyčių vaidmenys“ (būdingi tam tikrai lyčiai) ir dar papildomus šešis teiginius iš žemutinės lentelės. Turite 8 teiginius – teiginių seką išsardykite, kad mokiniams užduoties atlikimas būtų didesnis iššūkis.

### Lentelė (b) – Lyčių vaidmenys

Vedėjai turėtų pasirinkti 2 teiginius iš žemiau esančios lentelės ir paklausti mokinių, kas tai daro – mergaitė arba moteris, berniukas arba vyras, ar ir vieni, ir kiti?		
Užaugęs taps dėde		Užaugęs taps tėčiu
Užaugusi taps teta		Taps sese
Užaugusi taps mama		Taps seneliu
Taps broliu		
Vedėjai turėtų pasirinkti 6 teiginius iš žemiau esančios lentelės		
Gamina vakarienę	Plauna indus	Tvarko namus
Taiso tai, kas sulūžę	Sekasi matematika	Gerai skaito
Geriau lanko mokyklą	Mokosi universitete	Mėgsta praleidinėti pamokas
Žaidžia futbolą	Žaidžia persirengimo žaidimus	Mėgsta saldinius
Verkia	Mėgsta veiksmo filmukus/filmus	Dėvi mėlynus marškinėlius
Trumpų plaukų	Rūpinasi savo išvaizda	Nori būti superherojumi
Nori susituokti	Žaidžia su sunkvežimiais	Mėgsta mokytis

Pasirinkite po vieną teiginį ir klauskite vaikų „Kas daro taip, kaip parašyta – mergaitė, moteris, berniukas, vyras ar bet kas?“ (pvz., „kas tvarko namus?“)




	<p>Paprašykite vaikų, kad jie priklijuotų lipduką arba pažymėtų stulpelį, anot jų, geriausiai apibūdinantį asmenį, kuriam taikomas pasakymas (pavyzdžiui, šis teiginys apie mergaitę/moterį ar berniuką/vyrą arba apie bet kurį iš jų).</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Vedėjai turėtų paaiškinti, kad lyties sąvoką sukonstruota aplinkiniame mūsų pasaulyje. Ji apima vaidmenis, elgseną, veiklas, kurias žmonės ir apskritai visuomenė laiko tinkamomis berniukams ir vyrams, mergaitėms ir moterims. Paaiškinkite, kad lygybė reiškia vienodas galimybes ir pasirinkimus, bet berniukų ir mergaičių galimybės ne visada lygios, o dėl to randasi nelygybė. Jei vaikai nemoka laisvai skaityti, mokytojas gali vietoj teksto naudotis paveikslėliais, paprastais simboliiais, vaizduojančiais skirtingas lytis ir joms priskiriamas charakteristikas.</p>

**Nuoroda į šaltinį:**

[Voices against violence handbook by World Association of Girl Guides and Girl Scouts and UN Women](#)

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Lyčių lentelė

			
1)			
2)			
3)			
4)			
5)			
6)			
7)			
8)			

Pavadinimas:		Skirta tik
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.	
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai	
<b>Tikslai:</b>	<p>Šios veiklos tikslas – gauti apie socialiai sukonstruotus lūkesčius lyčių atžvilgiu daugiau informacijos, kuri padėtų geriau suprasti, kokį neigiamą poveikį lyčių stereotipai ir su jais susijęs elgesys gali turėti asmenims ir visuomenei.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Kritinis mąstymas</li> <li>• Empatija</li> </ul>	
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juoda arba balta lenta/dideli lapai</li> <li>• Rašymo priemonės (rašikliai, žymikliai, kreida)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Užsiėmimo vedėjas turėtų suprantamai, paprastais žodžiais, paaiškinti veiklos tikslą, pavyzdžiui, taip: „Šio pratimo metu mes aptarsime, ką jūs, berniukai ir mergaitės, darote skirtingai, kodėl taip yra ir ką apie tai galvojate.“</p> <p>Paaiškinkite vaikams, kad pamokos metu kiekvieno mintys bus vertingos, gerbiamos ir kad bus galima jomis dalytis nepertraukiamam kitų.</p> <p>Nubrėžę per vidurį liniją padalykite lentą į dvi dalis – „mergaitės“ ir „berniukai“.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Paprašykite vaikų duoti pavyzdžių, kas „SKIRTA TIK“ berniukams arba mergaitėms.</li> <li>b) Užrašykite KIEKVIENĄ pasiūlymą, net jei jie (ypač jei jie) ginčijami (pavyzdžiui, „sportuoti“ tik berniukams arba „tvarkytis“ tik mergaitėms).</li> </ol>	

	<p>Po 8–10 minučių arba vaikams baigus teikti pasiūlymus paklauskite, kurios iš mergaičių yra dariusios bent vieną dalyką, įrašytą berniukų stulpelyje, ir atvirkščiai. Vaikai gali dalytis savo nuomone, bet neprivalo to daryti, jei jaučiasi nejaukiai. Taip pat galite paklausti, ar yra nesutarimų dėl skirtinguose stulpeliuose įrašytų teiginių.</p> <p>Paklauskite vaikų: „Ar dažnai esate girdėję, kad kažko negalite daryti, nes esate berniukas arba mergaitė?“ (tegul pakelia rankas); „Kaip tada jautėtės?“; „Ką galėtumėte atsakyti žmogui, kuris sako, kad kažko negalite daryti, nes esate berniukas arba mergaitė?“</p> <p>Kad parodytų, jog pratimas baigtas, mokytojas gali ištrinti liniją tarp stulpelių ir dar kartą pabrėžti, kad šališkas požiūris į tai, kaip turėtų elgtis berniukas ar mergaitė, šiandien labai keičiasi ir yra kitoks nei praeityje, o ateityje pasikeis dar labiau.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Papildomas išplėstinis mokymasis: Paprašykite vaikų paklausti šeimos narių apie jų asmenines patirtis, kai jiems buvo sakoma, kad jie kažko negali daryti, nes yra berniukai ar mergaitės. Pasiūlykite vaikams paskaityti knygutes išskirtinai apie berniukus ar mergaites tam, kad jie patyrinėtų veiklas ar pomėgius, tradiciškai siejamus su jų lytimi.</p>

**Šaltinio nuoroda:**

[Voices against violence handbook by World Association of Girl Guides and Girl Scouts and UN Women](#)

Pavadinimas: Stiprūs vaikai	
<b>Trukmė:</b>	40 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šios veikos tikslas – išmokyti vaikus atpažinti, kaip kasdienės mūsų gyvenimo situacijos skatina mus jaustis. Be to, užsiėmimas padės vaikams geriau suprasti savo galią kontroliuoti jausmus ir mintis, vaikai susipažins su tokiais sąvokomis kaip „autoritetas“ ir „nurodymų laikymasis“.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savivoka</li> <li>• Savireguliacija</li> <li>• Atsparumas</li> <li>• Dėmesingas įsisąmoninimas (<i>mindfulness</i>)</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jausmų kortelės (Priede)</li> <li>• Kamuoliukas</li> <li>• 1–2 kepurės</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p><b><u>Pasirengimas:</u></b></p> <p><b>Pasidarykite Jausmų korteles:</b> Pasidarykite Jausmų korteles, ant jų užrašę skirtingų jausmų pavadinimus (galite įkvėpimui pasinaudoti Jausmų pavyzdžiu šio pratimo aprašymo pabaigoje, o vaikams išmokus ir įvardijus daugiau jausmų galėsite papildyti kortelių šūsnį).</p> <p>Susėskite ratu. Pasakykite vaikams, kad šiandien jie mokysis apie emocijas ir jausmus. Laikydamas rankoje kamuoliuką pasakykite, kaip jaučiatės. Pasakykite, kad siūsite tą kamuoliuką ratu, kad kiekvienas galėtų pasakyti, kaip jaučiasi. Siūskite kamuoliuką ratu, kol visi vaikai bus įvardiję savijautą. Įsidėmėkite skirtingus jiems kylančius jausmus. Paprašykite jų prisiminti ir įvardyti visus paminėtus skirtingus jausmus.</p>






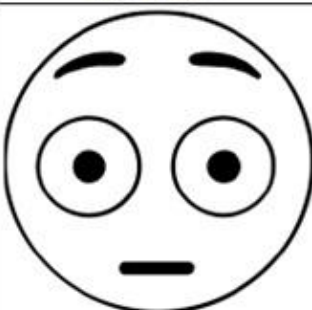








	<p>Pasakykite jiems, kad yra daug įvairių jausmų, ir parodykite jausmų korteles. Paskleiskite jas rato viduryje. Imdamas korteles vieną po kitos paklauskite, ar vaikai žino, kokie jausmai pavaizduoti jose. Jei vaikams kuris jausmas nepažįstamas, paaiškinkite jį nuroydamas pavyzdį iš jiems pažįstamų situacijų (pvz., stereotipai, lytinė tapatybė, socialinis spaudimas...). Galite papasakoti apie naujus jausmus, tokius kaip nuobodulys, nerimas, kvailiojimas, dėkingumas, atsipalaidavimas, smalsumas ir t. t.</p> <p>Pasakykite jiems, kad dabar jie žais žaidimą „Įsakymas yra įsakymas“. Paaiškinkite, kad vienas iš jų dėvės kepurę ir, kol bus su ja, galės nurodinėti kitiems vaikams, o šie turės paklusti jo reikalavimams. Užsidėkite kepurę ir pateikite pavyzdį „Atsisėskite“ (visi turi atsisėsti). „Atsistokite“ (ir visi turi atsistoti). Paprašykite savanorio arba pats išsirinkite vaiką. Žaisti galite su visa grupe arba sudarę dvi grupes (tada reikės dviejų kepurėlių). Leiskite vaikams dėvėti kepurę pakaitomis.</p> <p>Grįžkite atgal į ratą ir paklauskite dalyvių, kaip jie jautėsi žaidimo metu (galite paskleisti jausmų korteles ant grindų, kad jiems būtų lengviau įvardyti jausmus): „Koks jausmas įsakinėti kitiems?“ Paklauskite, kodėl jie taip jautėsi: kas jiems patiko, kas nepatiko. Paklauskite, kaip jie jautėsi dėvėdami kepurę ir kaip – vykdydami nurodymus. Kurie nurodymai buvo smagūs, o kurie – ne, ir t. t.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vedėjas kviečia vaikus pasidalyti skirtingomis savo gyvenimo akimirkomis, kai jie turi paklusti kitų nurodymams, kurie jiems nepatinka: žaidimų aikštelėje, klasėje, namie, pas gydytoją...</p> <p>Vedėjui dera klausti vaikų, kaip jie jaučiasi turėdami laikytis tų nurodymų, ir drauge su jais apmąstyti, ar svarbu vykdyti tuos nurodymus, ar ne, ir kas atsitiktų, jeigu jiems paklustume ir jei atsisakytume tą daryti.</p> <p>Be to, vedėjas gali padėti vaikams geriau suprasti, kaip atpažinti, įvardyti ir išreikšti savo jausmus pagarbiai, kad ir jie patys, ir kiti jaustųsi saugūs. Paaiškinkite, kad dalytis su kitais galime ne tik jausdamiesi „gerai“, bet ir</p>

jausdamiesi „blogai“ (pvz., „Džiaugiuosi, kad kartu pažaidėme“, „Man skaudu, kai mane užgauni“).

**Šaltinio nuoroda:**

Facilitator's Handbook - activities to foster diversity in early childhood education, BODI project, [http://bodi-project.eu/en\\_resources\\_io4.html](http://bodi-project.eu/en_resources_io4.html)

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

JAUSMŲ KORTELIŲ PAVYZDŽIAI		
		
Susirūpinęs	Liūdnas	Piktas
		
Sutrikęs	Nervingas	Sergantis
		
Pavargęs	Išsigandęs	Nustebęs
		
Laimingas	Patenkintas	Mylimas

Pavadinimas: Lyčių stereotipų tyrinėjimas	
<b>Trukmė:</b>	30 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padeda vaikams atpažinti, kokį fizinį ir psichologinį poveikį mokiniam turi mokykloje patiriamas smurtas lyties pagrindu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Lygybė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juoda ar balta lenta/dideli lapai</li> <li>• Rašymo priemonės (rašikliai, žymikliai, kreida)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Sustatykite kėdes ratu, bet gana erdviai, kad liktų vietos visiems laisvai vaikščioti tarp jų. Paašškinkite vaikams, kad šis pratimas leis pamatyti, kaip žmonės išreiškia savo lytinę tapatybę judėdami.</p> <p>Paprašykite jų laisvai vaikščioti patalpoje bet kuria kryptimi ir bet koku jiems patogiu greičiu (priminkite, kad saugumo sumetimais nedera vaikščioti per gretai). Paprašykite jų padidinti/sumažinti greitį. Dabar paprašykite jų vaikščioti taip, lyg jie būtų vyrai. Paprašykite, kad jie pamėgdžiotų įvairias veiklas, kurios, anot jų, įprastos vyrams (švenčia įmuštą įvartį, sveikinasi su draugu, šoka, vairuoja, pyksta...).</p> <p>Paprašykite jų grįžti prie įprasto jiems judėjimo ritmo ir būdo. Pakartokite pratimą, tik šįkart paprašykite, kad jie pamėgdžiotų moters eiseną ir veiklas.</p> <p>Paprašykite jų susėsti ir inicijuokite pokalbį užduodami jiems šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ką pastebėjote žmonėms vaikščiojant/šokant kaip vyrams? Ar buvo kokių nors jiems bendrų bruožų? Surašykite esminius pastebėjimus lentoje (ar dideliame lape), taip pat aptarkite ir kitos lyties mėgdžiojimą.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jautėtės, kai reikėjo elgtis kaip vyrui/moteriai (ypač, kai reikėjo vaizduoti kitą lytį)? Užrašykite.</li> <li>• Kodėl taip jautėtės? Kodėl, jūsų manymu, dalyviai elgėsi <i>vienaip ar kitaip</i>, imituodami vyrus/moteris?</li> <li>• Ar manote, kad šis pratimas pakeis jūsų požiūrį į tai, kaip jūs patys įsivaizduojate save judant kaip berniukai ar mergaitės? O jūsų tėvų požiūrį?</li> </ul>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Šis pratimas leidžia vaikams tyrinėti lyties stereotipus. Jis ypač reikšmingas tiriant vaikų požiūrį į stiprybės/silpnybės raišką priklausomai nuo lyties. Vaikai skatinami permąstyti lyties normas, apibrėžiančias, kaip kas juda.

**Šaltinio nuoroda:**

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

Pavadinimas: Vaivorykštės kambarys	
<b>Trukmė:</b>	40 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padeda vaikams suprasti, kokia nemaloni ir traumuojanti gali būti diskriminacija ar nesąžiningas elgesys. Užsiėmimo metu vaikai įgis daugiau sąmoningumo ir geriau supras, kad su visais dera elgtis lygiavertiškai, nepriklausomai nuo to, kiek skiriasi jų tapatybė ar jų asmeninės charakteristikos apskritai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Empatija</li> <li>• Sąžiningumas</li> <li>• Teisingumas</li> <li>• Įvairovė</li> <li>• Lygybė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vienas tuščias lapas kiekvienam vaikui</li> <li>• Piešimui skirtos priemonės (dažai, teptukai, žymikliai, rašikliai...)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Išdalykite vaikams piešimo priemones ir duokite kiekvienam po vieną lapą. Paprašykite jų pasirinkti mėgstamiausią spalvą ir ja piešti lape. Paaškindite, kad jie pasirinktų savo spalvą (tą, kuri, anot jų, geriausiai juos atspindi), kad nėra „teisingų“ ir „neteisingų“ spalvų ir kad jie patys turi nuspręsti, kurią spalvą pasirinkti. Kai kurie pasirinks vienodas spalvas, nes taip jiems norėsis – viskas gerai.</p> <p>Sukurkite vaivorykštę erdvėje parodydami visas skirtingas spalvas ir paaškindite, kad visi vaikai, kaip ir visi suaugusieji, yra skirtingi.</p> <p>Paprašykite, kad vaikai, pasirinkę vieną konkrečią spalvą (pasirinkite populiariausią spalvą), atsistotų patalpos viduryje. Paprašykite likusios</p>

	<p>grupės vaikų įsivaizduoti, kad vaikai centre gaus mažiau maisto nei likusieji. Tada paprašykite viduryje atsistoti vaikus, pasirinkusius populiariausią spalvą ir turinčius dar vieną bendrą bruožą (pvz., avinčius juodus batus). Paprašykite grupės įsivaizduoti, kad šie vaikai gaus mažiau maisto ir susirgę nebus gydomi. Paklauskite, ar tai teisinga? Ar tai pakenks šiems vaikams?</p> <p>Tada paprašykite kitą spalvą pasirinkusių vaikų ateiti į centrą ir pasakykite grupei, kad ši įsivaizduotų, jog šiems vaikams nebus leidžiama eiti į mokyklą. Pasirinkite kitą spalvą ir pasakykite, kad šiems vaikams bus uždrausta kalbėti. Jei vaikai eidami į vidurį jausis nesmagiai, neverskite ir paprašykite jų tiesiog įsivaizduoti, kad jie yra centre.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Pageidautina, kad vertindamas veiklą vedėjas paaiškintų vaikams, jog žmonės yra skirtingi ir jog reikia už tai be išimties gerbti visus, kad ir kokie jie būtų. Be to, svarbu pabrėžti, kad visi vaikai turi teisę į maistą, išsilavinimą, būti išgirsti. Paaiškinkite, kad su kai kuriais vaikais elgiamasi neteisingai dėl jų lyties, socioekonominės padėties, kastos, gebėjimų, lytiškumo ar religijos. Paaiškinkite sąvokas kalba, tinkama jų amžiui.</p> <p>Taip pat vedėjas turėtų atkreipti dalyvių dėmesį į tai, kad su mergaitėmis kartais neteisingai elgiamasi dėl berniukų ir mergaičių nelygybės. Kai kurios mergaitės tik dėl savo lyties skriaudžiamos, atstumiamos ir negauna to, ko joms reikia. Vedėjas turėtų paaiškinti, kad kai kurios neturtingos ar neįgalios mergaitės gali patirti dar daugiau neteisybės, skausmo ar atstumties. Pasikalbėkite apie pirma įvardytas sąvokas ir paaiškinkite vaikams, kad toks elgesys laikomas piktnaudžiavimu ir pažeidžia vaiko teises. Užbaikite apmąstymus pozityviai ir priminkite dalyviams: visi vaikai turi teisę į lygiavertišką elgesį su jais, teisę būti apsaugoti nuo skausmo, todėl visi mes turime daryti viską, kad taip ir būtų.</p>

### Šaltinio nuoroda:

[Voices against violence handbook by World Association of Girl Guides and Girl Scouts and UN Women](#)



## Užsiėmimai 10–12 metų vaikams

Pavadinimas: Judrieji debatai	
<b>Trukmė:</b>	20 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<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>
<b>Instrukcija</b>	<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 paaiškintų 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.] Dabar nuimkite ranką.</p>

(d) Numeri 1, ranka palieskite ir pajuskite numerio 2 veidą, patyrinėkite 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 skirtusi savijauta pratimo metu, jei tektų jį atlikti su kitos lyties partneriu? O su tos pačios lyties? O skirtingos kultūros nei jūsų? Paašškinkite.

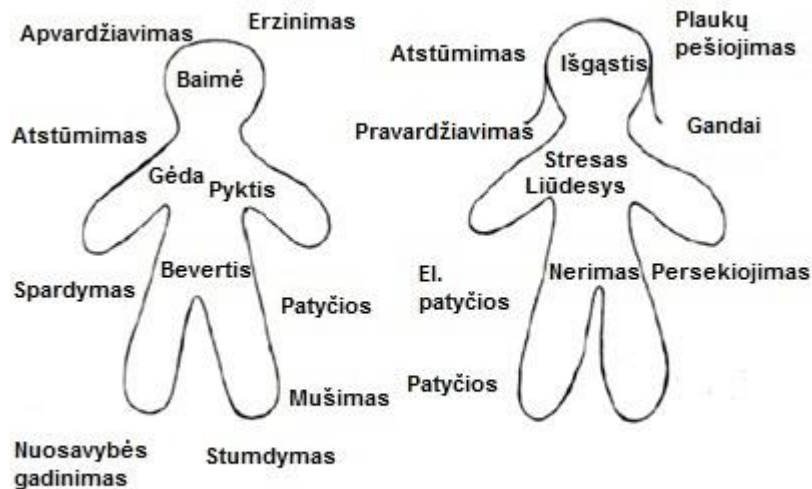
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ar kas nors bandė pratimo metu suprasti, kaip (ne)jaukiai jaučiasi partneris atliekant veiksmą? Ar tai buvo parodyta koku nors būdu? Jei partneris, su kuriuo buvo atliekami tam tikri veiksmai, jokios reakcijos nerodė, ar tai reiškia, kad jis/ji jautėsi gerai?</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>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<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 Djamila 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.

<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 priegose. Vėliau jie įvardys jausmus, kurie kyla smurtą patiriančiam žmogui.</p> <p>Duokite kiekvienai grupei po lapą popieriaus (arba pasakykite, kad naudotųsi lapais iš savo sąsiuvinų). 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. Vyrai ir berniukai, moterys ir mergaitės

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 \(ages 11-14\)](#)

Pavadinimas: 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><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teiginiai, apimantys lyties stereotipus, kuriais siekiama sumenkinti ar įžeisti.</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paprašykite kelių vaikų išeiti iš patalpos; likusius vaikus paskirstykite poromis ir paprašykite sustojus viena linija rankomis suformuoti tiltą.</p> <p>Kiekvienam tiltą formuojančiam vaikui skirkite vaidmenį, o tada ir pasakykite visiems jiems teiginį, kurį jie turės įsiminti ir pakartoti garsiai.</p> <p><b><u>Sakinių pavyzdžiai:</u></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 droviesi?</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 mažai.</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 įspūdžiais – 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>

<b>Pavadinimas:</b> <p style="text-align: center;"><b>Kamuoliuko metimas</b> <b>(užsiėmimo „Smurto lyties pagrindų poveikis“ tąsa)</b></p>	
<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>	<p>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 pagrindų.</p>

### Šaltinio nuoroda:

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

Pavadinimas: Išreikšk save!	
<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>Priemonės:</b> Nėra</p> <p><b>Nurodymai:</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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Užbaikite padėkodami vaikams už dalyvavimą.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Nėra

### Šaltinio nuoroda:

[Friends of the Earth training toolkit](#)

## Gyvenimo įgūdžiai

### Literatūros apžvalga

Anot Wilson (2003), lytis socialiniu aspektu apibūdina socialinį konstrukta, kurį sudėtinga tinkamai įvertinti, nes jis skiriasi nuo biologinės lyties sampratos, kuri gali būti pamatuota statistiškai. Kita vertus, apibrėžiant vyrų ir moterų vaidmenis, lytis socialiniu aspektu turi daugiau subtilių niuansų. Tuo tarpu diskriminacija ir smurtas lyties pagrindu yra temos, kurioms literatūroje skiriama nepakankamai dėmesio.

Gyvenimo įgūdžiai apibrėžiami kaip psichologiniai gebėjimai adaptyviai ir pozityviai elgtis, įgalinantys asmenį efektyviai dorotis su kasdienos gyvenimo reikalavimais ir iššūkiais (PSO apibrėžtis). Turinys skirtingas, priklausomas nuo socialinių normų ir bendruomenės lūkesčių, bet įgūdžiai, padedantys asmenims siekti asmeninės gerovės ir tapti aktyviais bei produktyviais bendruomenės nariais, laikomi gyvenimo įgūdžiais. Pasaulio sveikatos organizacija 1999 metais įvardijo šias esmines tarpkultūrinės gyvenimo įgūdžių sritis (PSO, 1999):

- **Sprendimų priėmimas ir problemų sprendimas.**
- **Kūrybinis ir kritinis mąstymas.**
- **Bendravimo ir tarpasmeniniai įgūdžiai.**
- **Savivoka ir empatija.**
- **Atkaklumas ir pusiausvyra.**
- **Atsparumas ir gebėjimas dorotis su stresu ir emocijomis.**

UNICEF įvardijo panašius įgūdžius ir susijusias kategorijas 2012 metų ataskaitoje (United Nations Children's fund 2012).



Gyvenimo įgūdžių ugdymas yra struktūruota programa, paremta įtraukiuoju mokymusi ir orientuota į dalyvių pozityvios ir adaptyvios elgsenos ugdymą(si) padedant jiems mokytis ir lavinti psichosocialinius įgūdžius, kurie mažina rizikos veiksnius ir stiprina apsauginius veiksnius. Gyvenimo įgūdžių ugdymo programos paremtos teorinėmis žiniomis ir įrodymais, sutelktos į besimokantįjį, dėstomos kompetentingų mokytojų (lektorių) ir, siekiant užtikrinti pasiektų rezultatų tęstinumą, tinkamai vertinamos.

Žemiau bus aptariamos sąvokos „savireguliacija“, „savivoka“, „socialiniai įgūdžiai“ ir „sveiki santykiai“. Taip pat bus skirta dėmesio tyrimų duomenims, rodantiems, kaip gyvenimo įgūdžių ugdymas veikia mokinių psichinę sveikatą ir raidą apskritai (pvz., streso valdymas, konfliktų sprendimas, pykčio valdymas, sveiki santykiai) ir kaip gyvenimo įgūdžiai siejasi su smurtu lyties pagrindu bei lyčių lygybe (kaip prevencijos ir intervencijos įrankis).

Morin (2011) apibendrina literatūros apie savivoką ir sąmoningumą duomenis (abu terminai dažnai painiojami). Gali būti išskiriami keturi sąmoningumo lygmenys:

### Lentelė 1: Keturi sąmoningumo lygmenys

<b>1- Sąmoningumo nebuvimas</b>	Nereagavimas į save ir aplinką
<b>2- Sąmoningumas</b>	Dėmesio sutelkimas į aplinką; gaunamų išorės stimulų perdirbimas
<b>3- Savivoka</b>	Dėmesio sutelkimas į save; asmeninės ir viešos informacijos apie save perdirbimas
<b>4- Metasavivoka</b>	Suvokimas, kad suvoki save

Pradėję nuo savireguliacijos sąvokos galime apibrėžti ją kaip gebėjimą kontroliuoti savo impulsus, emocijas ir elgseną tam, kad būtų pasiekti tikslai. Ji apima ir sudėtingus valios prigimties ir jos santykio su mūsų genetiniu paveldu, psichologine raida ir socialine patirtimi klausimus. Psichologinėje literatūroje aptarti įvairūs jos aspektai, o tyrimai rado, kad geresnė savireguliacija teigiamai veikia asmeninę gerovę (pvz., Skowron, Holmes, & Sabatelli, 2003). Taipogi panašu, kad

savireguliacinės veiklos gali padėti daliai pažeidžiamų asmenų (pvz., smurto lyties pagrindu aukoms) (Cohen, 2013) greičiau reabilituotis.

**Savireguliacijos** vystymosi pagrindas – socialiniai šaltiniai (pvz., kūdikystės metu), tik palaipsniui pereinantys į asmeninius, tačiau didėjant asmeninei savikontrolei socialinės įtakos niekur nedingsta. Raidos psichologija tyrinėja savireguliaciją kaip progresuojančius pažintinius pokyčius, kurie leidžia vaikams geriau kontroliuoti savo mintis, jausmus ir veiksmus. Be to, kognityvinių funkcijų vystymosi teorija pabrėžia kalbos vaidmenį vystantis savireguliacijos gebėjimams bei išvelgia stiprų ryšį tarp vidinės kalbos ir savireguliacijos. Informacijos apdorojimo požiūriu savireguliacija gali būti prilyginama metakognityviniam sąmoningumui, t. y. žinioms apie tai, ko užduotis reikalauja, kokių reikia asmeninių savybių ir strategijų, kad ji būtų pabaigta. Socialiniai konstruktyvistai laiko savireguliaciją procesu, leidžiančiu įvertinti gebėjimus ir kompetencijas, užduoties struktūrą ir sudėtingumą bei pastangų ir strategijų reguliavimo būdus tam, kad tikslai būtų pasiekti. Pagal operantinę teoriją savireguliacinis elgesys apima gebėjimą pasirinkti iš alternatyvių veikimo būdų dažniausiai pristabdant neatidėliotiną stimulą ir teikiant pirmenybę kitokiam, dažniausiai duodančiam daugiau naudos ateityje.

Terminu „savireguliacija“ psichologai įprastai žymi du specifinius jos tipus: a) elgsenos savireguliaciją, t. y. „gebėjimą veikti dėl ilgalaikio geriausio intereso, susijusio su giliausiomis asmens vertybėmis“ (Stosny, 2011) ir b) emocinę savireguliaciją, t. y. emocijų, ypač nemalonių, tokių kaip pyktis ar stresas, kontrolę arba bent įtaką joms. Emocinis sąmoningumas ir relaksacijos metodai ugdant savireguliaciją laikomi itin svarbiais.

Aptariant savireguliaciją, vienas esminių literatūroje minimų terminų yra vykdomosios funkcijos (VF). Tai – skėtinis terminas, kuriuo apibrėžiami aukštesnieji pažintiniai procesai prefrontalinėje žievėje, tokie kaip darbinė atmintis, slopinamoji kontrolė, atminties lankstumas (Moffitt et al., 2011), socialinė emocinė kompetencija (Diamond, 2012) ir ilgalaikė gyvenimo sėkmė. Didelę įtaką VF įgūdžiams, kurie itin sparčiai stiprėja vaikystės ir paauglystės laikotarpiu, gali turėti aplinkos įvairovė ir turtingumas. Vėlyvieji vaikystės metai, kaip tik prieš pereinant į brendimo laikotarpį, yra tarpsnis, kai prefrontalinėje žievėje vyksta sinapsinė perprodukcija, todėl panašu, kad šis metas itin palankus lavinti VF įgūdžius.

Taigi, kaip rodo tyrimai, vidurinieji mokykliniai metai savireguliacijos vystymosi požiūriu yra itin svarbus laikotarpis, kadangi vaiko smegenys ir pažintiniai gebėjimai vystosi, tad jų bendras savęs pačių ir socialinis supratimas darosi vis platesnis: jie tampa mažiau egocentiški ir ima gebėti suprasti kitų žmonių jausmus ir požiūrius; jie įgyja gebėjimą atskirti, kas gerai ir kas blogai, išmoksta elgtis prosocialiai. Šio amžiaus vaikai gali save reguliuoti, nes geba būti sąmoningi savo atžvilgiu bei stebėti save, t. y. skirti apgalvotą dėmesį savo elgesiui ir emocijoms. Sąmoningumas ir savistaba laikomi savireguliacijos pirmtakais. Kalbant apie lytiškumą, dauguma tyrimų aptinka reikšmingų savireguliacijos skirtumų (Matthews, Ponitz, & Morrison, 2009).

Kita svarbi literatūroje apie savireguliaciją aptariama sąvoka – **užuojauta sau**, t. y. gebėjimas negatyvių gyvenimo įvykių fone elgtis su savimi užjaučiamai ir rūpestingai. Užuojauta sau stiprina savireguliaciją mažindama gynybiškumą ir savikaltą, kurie gali susilpninti elgesio ir emocijų reguliaciją. Žmonės, kurių užuojauta sau stipriai išreikšta, turi daugiau savireguliacinių išteklių, nes geriau dorojasi su stresiniais įvykiais.

Vienas iš būdų stiprinti vaikų savireguliacijos (ir VF) įgūdžius – skatinti jų sąmoningumą ir praktikuoti dėmesingą įsisąmoninimą (*mindfulness*) (Zelazo & Lyons, 2012). Dėmesingas įsisąmoninimas specifiškai apibrėžiamas kaip proto būseną ar savybę, bet ne kaip praktikų rinkinys (Roeser, 2014) ir susijęs su gebėjimu sutelkti dėmesį ties mintimis, jausmais ar suvokimu, kurie kyla akimirka po akimirkos kognityviškai neapdorojant ir emociškai nereaguojant į stimulus.

Daugybė jau atliktų smurto lyties pagrindu aukų užuojautos sau tyrimų rodo – išgyvenant kančią gyvybiškai svarbu su savimi elgtis gailėstingai (Karakasidou & Stalikas, 2017). Užuojauta sau gali būti naudojama kaip pozityvus būdas pagerinti savo psichinę gerovę ir sumažinti neigiamus psichinės sveikatos simptomus. Sudėtingose ir stresą keliančiose situacijose ji atlieka apsauginę funkciją. Galiausiai, gebėjimas atrasti prasmę nepalankiose situacijose ir gyvenime apskritai yra vienas iš svarbiausių įgūdžių (Southwick, Vythilingam, & Charney, 2005), o užuojauta sau gali padėti žmonėms atrasti prasmingesnius tikslus.

Kembridžo anglų kalbos žodyne sąvoka „**savivoka**“ (*self-awareness*) apibrėžiama kaip gebėjimas susitelkti ties savomis mintimis, emocijomis, savybėmis, motyvais, tikslais, poreikiais ir t. t. bei

įsivertinti. Anot Morin (2011), jei asmuo suvokia save, jis gali aktyviai atpažinti, perdirbti ir saugoti informaciją apie save bei geba tapti savo paties dėmesio objektu. Savivoka apima ir savo, kaip asmens, tęstinumo laike pojūtį bei atskirumo nuo aplinkos jausmą.

Savivokos tyrimai kaip atskira psichologijos šaka radosi praėjusio amžiaus septintajame dešimtmetyje, nors filosofai apie ją diskutavo jau nuo antikos laikų. Buvo pripažintas ir jos vaidmuo psichologinio funkcionavimo mechanizmui: neturėdami savivokos žmonės negalėtų reguliuoti savęs, užjausti kitų arba suprasti kitų požiūrio, jausti pasididžiavimo bei pasitikėjimo savimi. Tačiau savivoka taip pat gali turėti ir neigiamų aspektų, pvz., skatinti savikritiką. Tyrimų duomenimis, jei žmonės sau taiko pagrįstus standartus ir optimistiškai vertina galimybes tuos standartus pasiekti, teigiami ir neigiami savivokos aspektai išlaiko pusiausvyrą.

Savivoka ir savęs valdymo įgūdžiai vertinami kaip privalomos prielaidos siekiant elgsenos problemų prevencijos ir užsitikrinant sėkmę mokykloje ir apskritai gyvenime. Morin (2011) teigia, kad nuo kūdikystės iki suaugystės ugdomės ir išlaikome savivoką socialinių sąveikų, kognityvinių procesų (pvz., atminties, vidinės kalbos, vaizduotės...), susidūrimų su fiziniais stimulais (pvz., veidrodžių, socialinės žiniasklaidos...) ir specifinių neuroninių tinklų aktyvavimo (pvz., medialinės prefrontalinės žievės ir periferinės smegenų struktūros) pagrindu.

Vidurinėsios vaikystės ir ankstyvosios paauglystės metu (nuo 6 iki 14 metų) svarbūs raidos šuoliai (biologiniai, pažintiniai ir socialiniai) padeda vaikui stiprinti savo tapatumo jausmą. Smegenų vystymasis ir pažintiniai gebėjimai padidina vaiko gebėjimus apmąstyti save, savo mokymąsi, sėkmę ar nesėkmes ir sąmoningai planuoti. Beveik visos raidos teorijos išskiria šešerių metų amžių kaip laikotarpį, kai vaikai pradeda iš tiesų mąstyti ir ima vystyti esminius mąstymo ar abstrahavimo įgūdžius. Nauji socialiniai santykiai taipogi padeda vaikams geriau suprasti aplinkinį pasaulį už šeimos ribų, palyginti save su kitais bei ugdytis gebėjimus suprasti kitų žmonių požiūrius. Vidurinioji vaikystė ir ankstyvoji paauglystė yra metas, kai, pasak raidos psichologų, keičiasi vaikų supratimas apie save, kadangi jie pradeda pastebėti ir svarstyti jiems prieinamas galimybes ir bando geriau suprasti save bei aplinkinius. Ankstyvosios paauglystės (10–14 metų) laikotarpiu ypač progresuoja gebėjimai abstrakčiai mąstyti, nepriklausomybės troškimas, lygiavimasis į bendraamžius ir savivoka. Tai laikas, kai itin svarbūs tampa lytinių santykių ir tapatybės klausimai.

Savivoka – vienas iš esminių psichologinių iššūkių, su kuriais susiduria vaikai viduriuoju vaikystės laikotarpiu. Užtikrinti tinkamą psichologinę vaikų gerovę labai padeda efektyvus švietimas, apimantis ir programas, kurios stiprina vaikų socialines bei emocines kompetencijas.

Bus aptartas ir kitas svarbus aspektas – **socialiniai įgūdžiai**. Socialiniai įgūdžiai apibrėžiami kaip žmonių gebėjimai sąveikauti vienas su kitu. Kelių ar didesnio skaičiaus žmonių sąveikų efektyvumas aiškinamas remiantis gauta informacija. Socialinių įgūdžių vystymasis yra procesas, kurio metu asmenys įgyja bei išlaiko socialinius santykius, sprendžia konfliktus su kitais, supranta kitų žmonių jausmus ir remia kitų žmonių vertybes bei požiūrius (Humphrey, et al. 2010). Tyrėjai įvertino tam tikrų ugdymo programų efektyvumą (e. g., PATHS, Chicago Child-Parent Center- CPC, CASASTART, Quantum Opportunities Program-QOP) ir padarė išvadą, kad siekiant sumažinti smurtinį elgesį, taip pat gerinti pozityvias komunikacijos kompetencijas ir pozityvius socialinius santykius, šios vaikų ir jaunuolių socialinių įgūdžių ugdymo programos yra efektyvios (Pasaulio sveikatos organizacija, 2009).

Nuo ankstyvųjų raidos etapų vaikai išmoksta sąveikauti ir bendrauti su kitais žmonėmis, naudotis nežodiniais signalais (tokiais kaip žaidimai, stebėjimas, bendraamžių sąveika ir t. t.) (Oswalt, 2018). Vaikų socialinių sąveikų kompleksiskumas tampa akivaizdus nagrinėjant kalbos ir pažintinių gebėjimų vystymąsi bei stebint sudėtingų verbalinių ir neverbalinių gebėjimų raidą, vystantis bendravimo įgūdžiams (Cherry, 2018). Vystant(is) mokinių socialiniams įgūdžiams itin svarbiais laikomi klasėje mokytojų naudojami metodai (Selimović, et al. 2018).

Šio projekto tikslais bus išskirti ir į SAFER ugdymo programą įtraukti keturi svarbiausi 8–12 metų vaikų socialinių įgūdžių elementai:

### 1) Žodinės ir nežodinės sąveikos:

Žodinės ir nežodinės sąveikos yra gyvybiškai svarbios gerinant bendravimą tarp žmonių. Vaikai bendrauja vienas su kitu kaitaliodami žodžius ir žodinius/nežodinius elementus (tokius kaip diskusijos, rašytiniai tekstai, laiškai, t. t.). Informacija galima keistis ir naudojantis nežodiniais elementais (tokiais kaip intonacija, veido išraiška, kūno kalba ir gestai, balso greitis ir t. t.). Intervencinės programos sutelkia dėmesį į komunikacijos įgūdžių svarbą ir parodo jų veiksmingumą gerinant santykių kokybę. Konkrečiau, „lytiškumo integravimo“ metodai

sėkmingai taikomi siekiant pagerinti bendravimo įgūdžius bei skatinti lyčių lygybę tarp mažas pajamas turinčių dalyvių (Public Health Foundation of India, et al, 2014).

## 2) Empatija ir aktyvus klausymas:

Žmonės, kurių empatija gerai išlavinta, linkę geriau suprasti jausmus ir būsenas, kurias išreiškia kiti žmonės ar kurios jiems būdingos. Vien klausydamiesi vaikų suaugusieji turi padėti jiems tiksliai atpažinti ir suvokti savo pačių jausmus. Vieni iš svarbiausių būdų, kuriais žmonės rodo savo empatiją kitiems – vengti siūlyti tiesioginius sprendimus ir susitelkti į kalbančiojo jausmus ar jo patiriamas būsenas. Veiksminga empatija skatina sveikesnius žmonių santykius (Ioannidou & Konstantikaki, 2008).

## 3) Konfliktų sprendimas ir atsparumas bendraamžių spaudimui:

Vieni iš esminių veiksnių, padedančių žmonėms spręsti konfliktus, yra sveikesnių, abipusiu supratimu, pagarba vienas kitam ir empatija paremtų santykių mezgimas. Aktyvus dalyvavimas grupėse, kuriose priimama įvairių nuomonių raiška, skatina efektyvų bendradarbiavimą tarp grupės narių. Tokia grupė laikoma sveika erdve, kuri priima skirtingas nuomones ir idėjas stengdamasi atrasti konstruktyvius sprendimus, leidžiančius grupei sėkmingai pasiekti tikslus (Cohen, 2010).

## 4) Komandinis darbas (pasitikėjimas, kritinis mąstymas ir sprendimų priėmimas)

Tam, kad pagerėtų komandos dinamika, turi būti sėkmingai pritaikyti tam tikri elementai. Konkrečiau kalbant, asmenų gebėjimas (pa)stebėti priežasties-pasekmės dėsnius, vertinti iš kitų gaunamos informacijos patikimumą, pasitikėti kitais, drauge su kitais užsibrėžti tikslus bei atskirti pozityvų ir negatyvų poveikį padeda lavinti kritinio mąstymo įgūdžius. Kai komandos nariai jaučiasi galintys laisvai dalytis savo mintimis ir patys gerbia kitų mintis, kai grupėje vyrauja lankstumas ir parama, sukuriama socialinei raidai palankios mokymosi sąlygos (Florea, Hurjui, 2015).

Dar vienas svarbus aspektas, kurį svarbu aptarti – **sveiki santykiai**. Sveiki santykiai, anot Antle, Sullivan, Dryden, Karam & Barbee (2011), buvo svarstomi kaip svarbi potenciali ugdymo tema, galinti užkirsti kelią smurtui paauglių santykiuose. Autoriai remiasi tuo, kad sveiki santykiai yra



platesnis terminas, apimantys ir sveikų, ir nesveikų santykių modelius, komunikaciją ir konfliktų sprendimų įgūdžius, apskritai problemų sprendimo gebėjimus ir smurtą pradiniuose draugystės etapuose.

Anot Adler-Baeder (2007), sveikų santykių ugdymo programa galėtų prasidėti aptariant esmines sąvokas, atpažįstant konkrečią elgseną ir susiejant praktiką su įgytomis žiniomis. Kai kurie esminiai elementai yra branda (socialinė, emocinė, psichinė, brandi meilė), santykių ribos ir sveikų bei nesveikų santykių raiška. Konkrečiau, aptariant sveikus ir nesveikus santykius siūloma susitelkti į prievartos ženklus ir gebėjimą atpažinti juos, o kalbant apie sveikus santykius svarbu pabrėžti tokias stabilių santykių praktikas kaip išsipareigojimas, pozityvaus bendravimo įgūdžiai ir konfliktų sprendimas (aptariant ir atleidimo bei santykių gerinimo temas).

Per pastaruosius 30 metų padėta daug pastangų, kad lyčių lygybė būtų susieta su švietimu (Fenell and Arnot, 2008). Tačiau trūksta tyrimų, siejančių lyčių lygybę (pabrėžiant diskriminaciją ir smurtą lyties pagrindu) ir sveikus santykius tarp 8–12 metų vaikų, nes didelė dalis tyrimų šiomis temomis fokusuojasi į paauglius (Adler-Baeder, Kerpelman, Schramm, Higginbotham & Paulk, 2007).

Remdamiesi gyvenimo įgūdžių modulio mokymais, kurie apima savireguliaciją, savivoką ir sveikus santykius, mokytojai galės perteikti mokiniams tinkamas žinias ir įgūdžius, padedančius valdyti savo elgesį, vengti, užkirsti kelią ir pranešti apie smurtinį elgesį. Galiausiai, jie gebės kurti sveikus santykius su kitais. Taipogi mokytojų kompetencija leis jiems atpažinti smurto lyties pagrindu (SLP) atvejus, užkirsti jiems kelią ir/ar tinkamai į juos reaguoti.

## Literatūra

Adler-Baeder, F., Kerpelman, L., J., Schramm, G., D., Higginbotham, B. & Paulk, A. (2007). The impact of Relationship Education on Adolescents of Diverse Backgrounds, *Family Relations*, 56, p. 291 – 303.



Antle, F., B., Sullivan J., D., Dryden, A., Karam, A., E. & Barbee, P., A. (2011). Healthy relationship education for dating violence prevention among high – risk youth. *Children and Youth Services Review (33)*, p. 173 – 179.

Cherry, K. (2018). Developmental Milestones in Children. Paimta iš: <https://www.verywellmind.com/what-is-a-developmental-milestone-2795123>

Cohen, T. R. (2010). Conflict resolution. In I. B. Weiner & W. E. Craighead (Eds.), *The Corsini Encyclopedia of Psychology*, 4th ed., 1, 390-391. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

Cohen, R. A. (2013). Common Threads: a recovery programme for survivors of gender based violence. *Intervention, 11*(2), 157-168

Diamond, A. (2012). Activities and programs that improve children’s executive functions. *Current directions in psychological science, 21*(5), 335-341.

Fennell, S., & Arnot, M. (Eds.). (2008). *Gender education and equality in a global Context: Conceptual frameworks and policy perspectives*. London: Routledge.

Florea, M. N., & Hurjui, E. (2015). Critical thinking in elementary school children. *Procedia – Social and Behavioral Sciences 180*, 565 – 572.

Global evaluation of life skills education programmes. *New York: United Nations Children’s Fund. August 2012. p. 8-9.*

Health Policy Project, Public Health Foundation of India, MEASURE Evaluation, and International Center for Research on Women. (2014). *Applying Gender-integrated Strategies and Approaches to Addressing Gender-based Violence in India*. Washington, DC: Futures

Group, Health Policy Project. Paimta iš: [https://www.healthpolicyproject.com/pubs/382\\_GenderBasedViolence.pdf](https://www.healthpolicyproject.com/pubs/382_GenderBasedViolence.pdf)

Humphrey, N., Lendrum, A., & Wigelsworth, M. (2010). Social and emotional aspects of learning (SEAL) programme in secondary schools: national evaluation.

- Ioannidou, F., & Konstantikaki, V. (2008). Empathy and emotional intelligence: What is it really about? *International Journal of Caring Sciences*, 1(3), 118–123.
- Karakasidou, E., & Stalikas, A. (2017). Empowering the Battered Women: The Effectiveness of a Self-Compassion Program. *Psychology*, 8(13), 2200-2214.
- Kircher, T., & David, A. (Eds.). (2003). *The self in neuroscience and psychiatry*. Cambridge University Press.
- Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools. World Health Organization.
- Matthews, J. S., Ponitz, C. C., & Morrison, F. J. (2009). Early gender differences in self-regulation and academic achievement. *Journal of educational psychology*, 101(3), 689-704.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., ... & Sears, M. R. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698.
- Morin, A. (2011). Self-awareness part 1: Definition, measures, effects, functions, and antecedents. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(10), 807-823.
- Oswalt, A. (2018). Early Childhood Emotional and Social Development: Social Connections. Paimta iš: <https://www.mentalhelp.net/articles/early-childhood-emotional-and-social-development-social-connections/>
- Partners in Life Skills Education: Conclusions from a United Nations Inter-Agency Meeting. *World Health Organization*. 1999.
- Roeser, R. W. (2014). The emergence of mindfulness-based interventions in educational settings. In *Motivational interventions* (pp. 379-419). Emerald Group Publishing Limited.
- Selimović, Z., Selimović, H., Opić, S. (2018). Development of social skills among elementary school children. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 6(1).

- Skowron, E. A., Holmes, S. E., & Sabatelli, R. M. (2003). Deconstructing differentiation: Self regulation, interdependent relating, and well-being in adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 25(1), 111-129.
- Southwick, S. M., Vythilingam, M., & Charney, D. S. (2005). The Psychobiology of Depression and Resilience to Stress: Implications for Prevention and Treatment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 255-291
- Stosny, S. (2011). Anger in the age of enPavadinimasment: Self-regulation. *Psychology today*.
- Wilson, D. (2003). *Paper commissioned for the EFA Global Monitoring Report 2003/4. The Leap to Equality*. United Nations, Educational, Scientific and Cultural Organization.
- World Health Organization (2009). *Preventing violence by developing life skills in children and adolescents*. Library Cataloguing-in-Publication Data. Paimta iš: [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/life\\_skills.pdf](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/life_skills.pdf)
- Zelazo, P. D., & Lyons, K. E. (2012). The potential benefits of mindfulness training in early childhood: A developmental social cognitive neuroscience perspective. *Child Development Perspectives*, 6(2), 154-160.

## Apžvalginė lentelė

Pavadinimas	Tikslinė grupė	Apžvalga	Vertinimas ir refleksija
<b>Mano mygtukai</b>	• 8–9 metų vaikai	Šio užsiėmimo tikslas – padėti vaikams suprasti, kad visi mes turime savus „mygtukus“, t. y. specifinius įvykius, kurie sukelia mums nemalonius jausmus. <b>Pagrindinis įgūdis: Savireguliacija</b>	Diskusijos metu vedėjas turėtų paskatinti vaikus atpažinti veiksmus, kurie sukelia nemalonius jausmus. Vedėjas turėtų pabrėžti, kad nemalonūs incidentai sukelia „grandininę“ jausmų, minčių bei elgsenos reakciją ir turėtų paskatinti diskusiją apie tai, kuo panašūs ir kuo skiriasi nemalonius jausmus žmonėms sukeliantys įvykiai ir kaip su jais dorotis ateityje.
<b>Pozityvios paskalos</b>	• 8–9 metų vaikai	Šis užsiėmimas supažindina vaikus su „viešojo Aš“ sąvoka ir padeda suprasti, kaip kiti vaikai juos mato pozityvių sąveikų metu. <b>Pagrindinis įgūdis: Savivoka</b>	Užsiėmimo pabaigoje vedėjas inicijuoja pokalbį apie sąvoką „Aš“, ypač apie viešąjį „Aš“ ir apie tai, kaip mes jaučiamės girdėdami kitus kalbant apie mus pozityviai.
<b>Minčių lietus</b>	• 8–9 metų vaikai	Šis užsiėmimas padės dalyviams suprasti, kas slypi už sąvokos „santykiai“, kokios santykių rūšys egzistuoja ir kokius santykius mezgame gyvenime, atpažinti sveikų ir nesveikų santykių dedamąsias bei atpažinti ir suprasti socialinius veiksnius, kurie turi įtakos santykiams. <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b>	Vedėjas turėtų inicijuoti diskusiją su vaikais apie jų jausmus ir mintis, suprasti, ar vaikai suprato smurto lyties pagrindu bei lyčių lygybės prasmę ir ką išmoko apie sveikus ir nesveikus santykius.
<b>Rask sprendimą</b>	• 8–9 metų vaikai	Šis užsiėmimas padės dalyviams surasti būdus tvarkytis su smurtu santykiuose ir patyrinti galimus sprendimus, atrasti kliūtis, kurios neretai trukdo žmonėms pasipriešinti smurtui santykiuose ir padės suprasti, kaip jie gali apsaugoti save ir kitus nuo smurto santykiuose. <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b>	Diskusijos metu vedėjas turėtų padėti dalyviams suprasti galimus pasirinkimus ir prieinamą pagalbą.
<b>Žodinės ir nežodinės sąveikos</b>	• 8–9 metų vaikai	Šis užsiėmimas gerina vaikų žodinio ir nežodinio bendravimo įgūdžius. Jis padeda vaikams geriau suvokti, kaip žodiniai ir nežodiniai signalai susiję tarpusavyje ir kaip jie užtikrina efektyvią komunikaciją. <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b>	Užsiėmimui pasibaigus dalyviai geriau suvoks ir pastebės žodinius bei nežodinius signalus bendraudami su kitais, todėl jų socialinės sąveikos pagerės.
<b>Komandinis darbas</b>	• 8–9 metų vaikai	Vadovaudamiesi nurodymais komandos nariai padės dalyviui užrištomis akimis atrasti paslėptą lobį. <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b>	Užsiėmimo tikslas – parodyti dalyviams pasitikėjimo svarbą tarpusavio bendravime, sąveikose ir santykiuose.

<b>Emocijų paaštrėjimas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	<p>Šio užsiėmio tikslas – padėti vaikams suprasti, kad emocinė patirtis turi skalę – kokybės ir / ar intensyvumo požiūriu jos ir panašios, ir skirtingos; tai padės vaikams atpažinti savo pačių emocines būsenas ir atitinkamai tvardyti siekiant išvengti jų paaštrėjimo. <b>Pagrindinis įgūdis: Savireguliacija</b></p>	<p>Aptariame emocijas ir jų intensyvumą, kuris priklauso nuo situacijos. Pabrėžiame, kad emocijos kyla ir rimsta ir kad tai normalu, pasikalbame apie tai, kaip įvairūs dalykai ateina ir praeina, kaip jausmai kyla, išryškėja ir nurimsta.</p>
<b>Mano laikraščio pirmasis puslapis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – paskatinti vaikus pamąstyti apie save ir pasinaudojus jiems duotomis priemonėmis prisistatyti savo laikraščio pirmajame puslapyje. <b>Pagrindinis įgūdis: Savivoka</b></p>	<p>Užsiėmimo pabaigoje iš sukurtų laikraščių sudaryti „galeriją“ – tegul vaikai kartu apeina visus pirmuosius puslapius, o laikraščio pirmojo puslapio autorius tegul pristato savąjį kūrinių – taip jie sužinos daug naujų dalykų apie vienas kitą. Tai – puikus komandos sutelkimo užsiėmimas ir geras būdas pristatyti kiekvieną jos narį.</p>
<b>Minčių lietus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Šis užsiėmimas padės dalyviams suprasti, kas slypi už sąvokos „santykiai“, kokios santykių rūšys egzistuoja ir kokius santykius mezgame gyvenime, atpažinti sveikų ir nesveikų santykių dedamąsias, taip pat atpažinti ir suprasti socialinius veiksnius, kurie turi įtakos santykiams. <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b></p>	<p>Vedėjas turėtų inicijuoti diskusiją su vaikais apie jų jausmus ir mintis, patitikrinti, ar vaikai suprato smurto lyties pagrindu bei lyčių lygybės prasmę, ko išmoko apie sveikus ir nesveikus santykius.</p>
<b>Balsuok kojomis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Šis užsiėmimas padės dalyviams atrasti būdus tvarkytis su smurtu santykiuose ir patyrinėti galimus sprendimus, atrasti kliūtis, kurios neretai trukdo žmonėms pasipriešinti smurtui santykiuose, ir suprasti, kaip galima apsaugoti save ir kitus nuo smurto santykiuose. <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b></p>	<p>Per diskusiją vedėjas turėtų padėti dalyviams suprasti galimus pasirinkimus bei prieinamą pagalbą.</p>
<b>Empatija ir aktyvus klausymas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Paprašoma dalyvių, kad jie surašytų, dėl ko nerimauja, o įvardytos emocijos aptariamoms. Tokiu būdu dalyviai mokomi stebėti savo ir kitų emocijas. <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b></p>	<p>Šis pratimas, kurio metu vaikams padedama geriau atpažinti savo jausmus, ugdo jų gebėjimą suprasti kito žmogaus emocijas ir įsijausti į jo padėtį.</p>
<b>Konfliktų sprendimas ir atsparumas bendraamžių spaudimui</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Scenarijų patyčių temomis pagrindu dalyviai mokomi jautrumo, ugdomas jų gebėjimas atpažinti, kaip žmogus tokiose situacijose gali jaustis ir reaguoti. <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b></p>	<p>Užsiėmimo pabaigoje dalyviai turėtų suprasti, kad sėkmingas konfliktų sprendimas grupėje skatina sveikesnius santykius, paremtus abipusiu supratimu ir pagarba.</p>

## Užsiėmimai gyvenimo įgūdžių ugdymo tema

### Užsiėmimai 8–9 metų vaikams

Pavadinimas: <b>Mano mygtukai</b>													
<b>Trukmė:</b>	45–50 min.												
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai												
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – padėti vaikams suprasti, kad visi mes turime savus „mygtukus“, t. y. tam tikri įvykiai kaip dirgikliai mums sukelia neigiamus jausmus. Dalyviai geriau kontroliuos savo jausmus ir elgesį bei geriau supras ir gerbs kitų žmonių jausmus ir pažeidžiamumą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Savireguliacija</b></li> <li>• Savivoka</li> <li>• Empatija</li> <li>• Pagarba</li> </ul>												
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spalvoti lipukai</li> <li>• Rašikliai/pieštukai</li> </ul> <p>„Mygtuko“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kortelės/lipukai</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Sukurkite didelius „mygtukus“ apie įvykius, sukeliančius nemalonius jausmus, užrašydami apačioje esančias frazes spalvoto popieriaus lapuose:</p> <table border="0"> <tr> <td>- <b>Negaunu, ko noriu</b></td> <td>- <b>Mane verčia daryti tai,</b></td> </tr> <tr> <td>- <b>Viskas vyksta ne</b></td> <td><b>kas man nepatinka</b></td> </tr> <tr> <td><b>pagal mano planą</b></td> <td>- <b>Man prikaišioja mano</b></td> </tr> <tr> <td>- <b>Man skauda kūną</b></td> <td><b>elgesį</b></td> </tr> <tr> <td>- <b>Mano asmeninė</b></td> <td>- <b>Į mano jausmus</b></td> </tr> <tr> <td><b>erdvė pažeidžiama</b></td> <td><b>nekreipiama dėmesio</b></td> </tr> </table>	- <b>Negaunu, ko noriu</b>	- <b>Mane verčia daryti tai,</b>	- <b>Viskas vyksta ne</b>	<b>kas man nepatinka</b>	<b>pagal mano planą</b>	- <b>Man prikaišioja mano</b>	- <b>Man skauda kūną</b>	<b>elgesį</b>	- <b>Mano asmeninė</b>	- <b>Į mano jausmus</b>	<b>erdvė pažeidžiama</b>	<b>nekreipiama dėmesio</b>
- <b>Negaunu, ko noriu</b>	- <b>Mane verčia daryti tai,</b>												
- <b>Viskas vyksta ne</b>	<b>kas man nepatinka</b>												
<b>pagal mano planą</b>	- <b>Man prikaišioja mano</b>												
- <b>Man skauda kūną</b>	<b>elgesį</b>												
- <b>Mano asmeninė</b>	- <b>Į mano jausmus</b>												
<b>erdvė pažeidžiama</b>	<b>nekreipiama dėmesio</b>												

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Mane vadina</b></li> <li>- <b>negražiai žodžiais</b></li> <li>- <b>arba erzina</b></li> <li>- <b>Mane kritikuoja</b></li> <li>- <b>Iš manęs kažką atima</b></li> <li>- <b>Kažkas sulaužo man duotą pažadą</b></li> <li>- <b>Sarkastiški komentarai</b></li> </ul> <p>Parūpinkite tuščių spalvotų lapų ir rašymo priemonių, kad vaikai prisireikūs susikurtų savo „mygtukus“.</p> <p>Pateikite dalyviams nurodymus: „Vaikščiokite laisvai po erdvę ir išsirinkite savo „mygtuką“, t. y. įvykį, kuris kaskart sukelia jums nemalonius jausmus. Radę atsistokite prie jo, pakelkite ranką ir palaukite, kol ateis jūsų eilė pasidalyti mintimis su klase. Garsiai jomis pasidaliję prikabinkite jį prie sienos ir paklauskite kitų vaikų, ar šis mygtukas yra ir jų. Užrašykite popieriuje rankas pakėlusių vaikų skaičių. Jeigu jūsų mygtuko nėra tarp tų, kuriais dalijatės, sukurkite savąjį ir pasidalykite su klase.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vaikams pasidalijus savo „mygtukais“ paklauskite, kokios emocijos kyla užrašyto įvyko metu? Ar visi vaikai jaučia panašius nemalonius jausmus? Pabrėžkite, kad šie įvykiai ir jų poveikis (mintys, jausmai ir elgesys) glaudžiai susiję. Ar vaikai gali reaguoti kitaip? Pakalbėkite apie tai, kuo panašūs ir kuo skiriasi asmeniniai nemalonias emocijas sukeliančios įvykiai, ir aptarkite, kaip derėtų doris su panašiais įvykiais ateityje.</p> <p>Įvardykite nemalonias emocijas sukeliančių įvykių indikatorius: 1. Kūnas: kas nors trenkia jums ar fiziškai žaloja jūsų kūną; 2. Nuosavybė: kažkas paima ar sulaužo tai, kas priklauso jums; 3. Vertybės: kažkieno elgesys prieštarauja jūsų turimoms vertybėms (pvz., teisingumui, sąžiningumui, pagarbai); 4. Savivertė: kažkas jus menkina, erzina ar sako netiesą apie jus arba sukelia gėdos jausmą; 5. Kaltė: kažką padarėte netinkamai ir supykote, kai kažkas į tai atkreipė dėmesį; 6. Nepatenkinti lūkesčiai: negavote ko norėję.</p>



<b>Pavadinimas:</b>	Pozityvios paskalos
<b>Trukmė:</b>	45–50 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas, kurio metu naudojamosi pozityviomis sąveikomis, supažindina vaikus su „viešojo Aš“ sąvoka, t. y. padeda suprasti, kaip juos mato kiti vaikai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Savivoka</b></li> <li>• Savireguliacija</li> <li>• Bendravimas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kėdė</li> <li>• Tušti lapai</li> <li>• Pieštukai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paruoškite kėdę, kuri būtų atgręžta į sieną, taip pat popieriaus lapus ir rašymo priemones; visi dalyviai sėdi už šios kėdės.</p> <p>„Kiekvienas mūsų paeiliui sėsime į šią tuščią kėdę. Kažkuriam atsisėdus į kėdę apsimesime, kad jo/-s nėra kambaryje, ir pasikalbėsime apie jį/ją. Bet viskas, ką pasakysime, turi būti gera ir pozityvu. Pavyzdžiui, kuo mus jis/ji žavi; ką jis/ji gero padarė pastaruoju metu; jo/jos didžiausias talentas; kažkas, kuo jis/ji nustebino mus – veiksmai ar kokia idėja; jo/jos gebėjimai ir t. t. Tas, kas sėdi ant kėdės, užsirašo pastebėjimus.“</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vertinimui derėtų inicijuoti pokalbį apie dalyvių patirtis. Galima užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaip jautėtės klausydamiesi, kaip jus apibūdina kiti?</li> <li>- Ar tikėjotės išgirsti tai, kas pasakyta?</li> <li>- Ar kas nors nustebino?</li> </ul>

<b>Pavadinimas:</b>	Minčių lietus
<b>Trukmė:</b>	45–50 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės vaikams geriau suprasti, kas slypi už sąvokos „santykiai“, kokios yra santykių rūšys ir kokius santykius mezgame gyvenime. Dalyviai taipogi galės geriau atpažinti ir suprasti socialinius veiksnius, kurie turi įtakos santykiams, atpažinti gerų ir blogų (sveikų ir nesveikų) santykių dedamąsias, suprasti komunikacijos ir saugumo svarbą mūsų santykiuose. Be to, jie gebės susieti lyčių lygybę su lyčių normomis bei teisėmis (žmogaus ir seksualinėmis).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savivoka</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žmogaus siluetas</li> <li>• Santykių nuotraukos (Priede)</li> <li>• Žymikliai</li> <li>• Smurto ir lygybės lentelės</li> <li>• Žvaigždės</li> <li>• Plakatai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Vedėjas padeda ant lentos didelį kartotinį žmogaus siluetą. Aplink figūras sudėliojami paveikslėliai, atspindintys įvairius, vaikams suprantamus santykius. Vaikams pasakoma, kad kiekvienas žmogus per savo gyvenimą užmezga įvairius santykius. Tuo pačiu derėtų paprašyti vaikų, kad jie</p>

įvardytų, kokius jausmus kiekvienas žmogus išgyvena ir kaip elgiasi palaikydamas kiekvienes santykius? Ar elgiasi visi vienodai?

Po pokalbio pasiūlome vaikams sužaisi žaidimą. Paskirstome vaikus į 4 grupes (4–5 vaikai vienoje grupėje). Paprašome jų sugalvoti savo grupei pavadinimą. Mokytojas prisiima TV vedėjo vaidmenį ir perskaito kai kuriuos teiginius. Vaikai turi atpažinti, ar teiginys atspindi „lygybę“, ar „smurtą“. Kiekviena grupė turi dvi lenteles (ant vienos užrašoma „lygybė“, ant kitos „smurtas“).

Vedėjui perskaičius teiginį, kiekviena grupė kelias sekundes pasitaria ir greičiausioji parodo atsakymą iškeldama lentelę su teisingu atsakymu. Jį pateikusi komanda gauna žvaigždę. Komanda, surinkusi daugiausia žvaigždžių, laimi.

Pasibaigus žaidimui paaiškiname kai kurias sąvokas, susijusias su **smurtu lyties pagrindu (SLP)** (tai smurtas, nukreiptas į asmenį dėl to asmens lyties, įskaitant ir asmens lytinę tapatybę/raišką, ar smurtas, kuris tam tikros lyties asmenų patiriamas neproporcingai dažnai) ir **lyčių lygybe** (moterys ir mergaitės, vyrai ir berniukai naudojami tomis pačiomis teisėmis, ištekliais, galimybėmis ir apsauga). Paminėkime, kad egzistuoja tam tikri komponentai, nuo kurių priklauso, ar santykiai geri, ar blogi.

Pasinaudoję teiginiais ir pasidaliję atsakymais, vaikai apibrėš gerų ir blogų santykių dedamąsias. Lentoje pateikiame du plakatus (atspindinčius gerus ir blogus santykius – juos parengiame iš anksto) ir paprašome komandų įvardyti gerų ir blogų santykių dedamąsias (komponentus).

#### Teiginiai:

- Berniukai ir mergaitės gali tapti gydytojais: lygybė.
- Mergaitės, kaip ir berniukai, gali tarnauti kariuomenėje: lygybė.
- Mergaitės ir berniukai turi lygias teises mokytis: lygybė.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mergaitės ir berniukai turi vienodas teises į laisvalaikio veiklas: lygybė.</li> <li>• Mergaitės ir berniukai turi gauti vienodai kišenpinigių: lygybė.</li> <li>• Mergaitės ir berniukai turi lygias galimybes išreikšti savo liūdesį verkdami: lygybė.</li> <li>• Kai berniukas neleidžia jaunesnei sėutei eiti į kiną: SLP.</li> <li>• Kai berniukas reikalauja iš sesers atnešti jam vandens: SLP.</li> <li>• Jei berniukas nori prievarta pabučiuoti mergaitę: SLP.</li> <li>• Jei berniukas atima pinigus iš kitų vaikų: smurtas.</li> <li>• Jei iš vaiko tyčiojasi ir jam neleidžiama būti vaikų grupėje: smurtas.</li> <li>• Jei iš mergaitės tyčiojasi, nes ji stambi: SLP.</li> <li>• Jei berniukas pravardžiuoja kitą berniuką: smurtas.</li> <li>• Jei mergaitė eina apsipirkti ir kažkas ją seka bei negražiai apie ją kalba: SLP.</li> </ul>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Padiskutuokite su vaikais apie jų jausmus ir mintis. Galite jų paklausti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jie jaučiasi?</li> <li>• Ką jie sužinojo apie skirtingas santykių rūšis?</li> <li>• Išsiaiškinkite, ar jie suprato smurto lyties pagrindu ir lyčių lygybės sąvokas.</li> <li>• Ką jie sužinojo apie gerus ir blogus (sveikus ir nesveikus) santykius?</li> </ul>

### Nuorodos į šaltinius:

Save the Children & Abaad – Resource Center for Gender Equality (2013). Playing for Gender Equality.

SPAVO (2014). Project B Here: Building Healthy Relationships.

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Santykių nuotraukos



*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







*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



Pavadinimas: Rask sprendimą	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – padėti dalyviams atrasti būdus, kaip tvarkytis su smurtu santykiuose ir patyrinėti galimus sprendimus, atrasti kliūtis, kurios neretai trukdo žmonėms pasipriešinti smurtui santykiuose, padėti suprasti, kaip jie gali apsaugoti save ir kitus nuo tokio pobūdžio smurto.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savivoka</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Empatija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Scenarijai</li> <li>• Tušti lapai</li> <li>• Rašikliai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paskirstykite vaikus į 4–5 grupes (po 5–6 vaikus kiekvienoje grupėje). Duokite jiems po lapą popieriaus. Vedėjai skaito scenarijų ir prašo, kad vaikai užrašytų, ką kiekvienos istorijos pagrindinis veikėjas galėtų padaryti. Perskaičius istoriją duokite jiems kelias minutes pagalvoti, po to paprašykite, kad kiekviena grupė pristatytų, ką užrašiusi. Padiskutuokite apie skirtingus būdus, kaip su smurto santykiais susidūrę žmonės gali reaguoti tokioje situacijoje.</p> <p><b><u>Klausimai diskusijai:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kokią smurto rūšį jie atpažįsta kiekviename scenarijuje?</li> <li>• Kodėl, jų manymu, pagrindinis veikėjas taip elgėsi?</li> </ul>



- Ką jie norėjo pasiekti savo elgesiu?
- Ar iš tiesų jaunam žmogui lengva kalbėtis su tėvais apie tai, kas vyksta? Kas gali kliudyti jiems pasikalbėti?
- Ar jaunam žmogui iš tikro lengva apie tai, kas vyksta, pasikalbėti su konsultantu ar mokytoju? Kas gali kliudyti jiems pasikalbėti?
- Ar lengva ką nors tiesiog atstumti, kad būtų išspręstos jūsų santykių problemos? Kodėl? Kodėl ne?
- Ar draugai gali padėti tokiais atvejais? Kokiais būdais?
- Ar tu pasitikėtum draugo patarimu? Kodėl? Kodėl ne?
- Ar lengva kalbėtis apie santykių problemas? Ar bendravimas gali padėti ar kažką pakeisti?
- Galima būtų pranešti tiems, kurie gali padėti žmogui susidoroti su situacija.

### Scenarijai:

1. Natalija ir Marta geros draugės. Marta su savo šeima persikėlė gyventi kitur, todėl ji pakeitė mokyklą. Naujoje mokykloje Marta bendrauja su dviem bendraklasėmis, kurios prie jos iškart priėjo ir su ja susidraugavo. Marta ir toliau bendrauja su Natalija, kalbasi su ja apie naujas drauges. Kartais kviečia jas į kiną ar pasivaikščioti.

Natalija tvirtina Martai esanti vienintelė jos draugė, nes jos seniai viena kitą pažįsta, ir nuolat prikašioja, kad Marta bendrauja su savo naujomis draugėmis už mokyklos ribų. Marta jaučiasi blogai, tačiau teigia, kad Natalija taip elgiasi, nes ją myli.

2. Ana ir Kostas draugauja, tačiau po kelių savaitių Kostas su ja ima bendrauti vis rečiau. Kartais atsako į Anos žinutes tik kitą dieną. Ana nuolat siunčia jam žinutes ir nesiliauja jam skambinusi tol, kol jis atsako. Ana nori žinoti, kas vyksta. Ji paprašo Kosto duoti savo feisbuko paskyros slaptažodį teigdama, kad būdami pora žmonės turi viskuo dalytis ir neturėti paslapčių. Kostas atsisako, ir Ana labai supyksta, ima prikašioti, kad jis jos

	<p>iš tiesų nemyli, nes jei mylėtų, pasidalytų savo slaptažodžiu.</p> <p>3. Marija mokykloje naujokė – atvyko iš kito miesto. Mokykloje apie ją sklando daug neigiamų komentarų. Daugybė berniukų ir mergaičių su ja nekalba, nes ji naujokė, tad jie ja nepasitiki. Dauguma mergaičių vengia jos ir nesidalija su ja niekuo. Bendraklasė Elena prieina prie Marijos ir stengiasi daugiau apie ją sužinoti. Kiti berniukai ir mergaitės užsipuola Eleną dėl tokio elgesio.</p> <p>4. Katerina – vyriausias vaikas šeimoje ir vienintelė duktė. Tėvai daug dirba ir grįžta namo vėlai. Jie paprašo Katerinos grįžus iš pamokų pasirūpinti namais, tad ji neturi laiko paruošti pamokas. Kai ji nepasirūpina namais, jie rėkia ant jos ir reikalauja daugiau taip nesielti. Katerina jaučia spaudimą ir mano, kad jos pamokos svarbesnės.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Diskutuodami padedame vaikams suprasti, kad geriausi sprendimai tokiose situacijose turėtų apimti šiuos principus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reikalavimas liautis ir ryžtingas elgesys. Būtina kažko imtis, negalima ignoruoti smurtinio elgesio. Smurto ciklas liaujasi tik gavęs ryžtingą atkirtį.</li> <li>• Jei problema sudėtinga, labai svarbu pasikalbėti su suaugusiais, net jei atrodo sunku.</li> <li>• Sprendžiant santykių konfliktus ir problemas santykiuose svarbu palaikyti pozityvią komunikaciją (paaiškinti, kas ir kaip).</li> <li>• Draugai gali pagelbėti, tad svarbu kreiptis pagalbos į juos. Bet draugai ne visada tinkamai pataria, kaip dera elgtis. Ypač sudėtingais atvejais būtina kreiptis pagalbos į suaugusiuosius.</li> </ul>

### Nuorodos į šaltinius:

Save the Children & Abaad – Resource Center for Gender Equality (2013). Playing for Gender Equality.

SPAVO (2014). Project B Here: Building Healthy Relationships.

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Žodinės ir nežodinės sąveikos</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas gerina vaikų žodinio ir nežodinio bendravimo įgūdžius. Jis padeda vaikams geriau suvokti, kaip žodiniai ir nežodiniai signalai susiję tarpusavyje ir kaip jie užtikrina efektyvią komunikaciją.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savivoka</li> <li>• Empatija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <p>Nėra</p> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Padalykite vaikus į poras ir priskirkite jiems vardus – vienam „A“, kitam „B“ (pavyzdžiui, vienas vaikas bus A, kitas vaikas bus B).</p> <p>Paprašykite, kad A pagalvotų apie kokį nors smagų nuotykių, kurį prisimena, ir per dvi minutes papasakotų apie jį vaikui B (Padėkite vaikams pasitelkti veido išraiškas, gestus ir žodyną.)</p> <p>Taigi, pirmiausia B atidžiai klauso, ką jam pasakoja A.</p> <p>Tada paprašykite, kad B vaikas papasakotų vaikui A iš kitos poros (mokytojo pavadintam C) A įvykių taip, lyg šis būtų nutikęs jam pačiam.</p> <p>C turi labai atidžiai klausytis B pasakojimo. Apie išgirstą nuotykių C turi papasakoti visai klasei taip, lyg tai būtų jo nuotykis. A įvertina, kiek tikslus galutinis pasakojimas.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vertinimo metu vedėjas turėtų inicijuoti pokalbį apie tai, kas vyko užsiėmimo metu. Galimi klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ar buvo sunku, ar lengva prisiminti kito žmogaus pasakojimą?</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ar pastebime kitų žmonių nežodinių elgesį (kūno pozas, veido išraiškas, judesius...)?</li><li>- Į ką labiau atkreipėte dėmesį (į žodinius ar nežodinius signalus)?</li><li>- Kiek skiriasi skirtingų asmenų apibūdinta informacija?</li></ul>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Pavadinimas: Komandinis darbas	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Galima pritaikyti 10–12 metų vaikams)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – padėti vaikams geriau suprasti, kaip svarbu pasitikėti kitais žmonėmis. Jei komandos nariai pasitiki vienas kitu, daugėja paramos ir supratimo, be to, kuriama socialinei raidai tinkama mokymosi aplinka.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Komandinis darbas</li> <li>• Empatija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raiščiai akims</li> <li>• Bet koks daiktas – „lobis“, kurį sugalvos vedėjas</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Padalykite klasę į tris grupes. Paprašykite, kad kiekvienoje grupėje atsirastų savanoris, kuriam bus užrištos akys. Paslėpkite „lobį“ tokioje vietoje, kurios nematys savanoris užrištomis akimis, bet matys kiti dalyviai. Visi kiti grupės nariai, neliesdami jo, tik duodami <b>2–3 ŽODŽIŲ KOMANDAS</b> (pvz., „pasuk kairėn“, „vienas žingsnis pirmyn“ ir t. t.), ves savanorį užrištomis akimis ten, kur paslėptas „lobis“. Komandos nariai kiekvieną komandą turi pateikti pozityviai (pvz., „šaunus darbas“, „puikiai pasistengei“ ir t. t.).</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Duokite vaikams laiko aptarti vienam su kitu, o vėliau su visa grupe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kiek sudėtingas/lengvas buvo pratimas?</li> <li>• Ar lengva pasitikėti kitų žmonių nurodymais?</li> <li>• Kada pasitikime kitais žmonėmis?</li> </ul> <p>Kitus užrištomis akimis atliekamų pratimų pavyzdžius galima rasti čia: <a href="http://www.ventureteambuilding.co.uk/blindfold-challenges/">http://www.ventureteambuilding.co.uk/blindfold-challenges/</a></p>

<b>Pavadinimas:</b> Emocijų paaštrėjimas	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – padėti vaikams suprasti, kad emocinė patirtis turi skalę – kokybės ir/ar intensyvumo požiūriu jos ir panašios, ir skirtingos; tai padės vaikams atpažinti savo pačių emocines būsenas ir atitinkamai tvardyti siekiant išvengti jų paaštrėjimo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Savireguliacija</b></li> <li>• Savivoka</li> <li>• Empatija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dideli lapai</li> <li>• Žymikliai</li> <li>• Spalvoti lipukai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pakabinkite ant sienų 6 didelius lapus su ant jų nupieštais laiptais; kiekvieną lapą pavadinkite viena iš emocijų: Pyktis, Pasibjaurėjimas, Baimė, Laimė, Liūdesys ir Nuostaba. Padalykite vaikus į 6 komandas ir paskirkite po vieną emociją kiekvienai grupei. Pasirūpinkite, kad vaikai turėtų lipukų.</p> <p>Paprašykite dalyvių dirbti komandomis ir dalytis mintimis, užrašyti lipukuose žodžius, kurie apibūdina skirtingas grupei priskirtos emocijos rūšis. Dalyviams reikia priklijuoti lipukus prie dideliame lape nupieštų kopėčių pagal tai, kiek emociju atžvilgiu stiprus lipuke užrašytas žodis (pvz., „išsiūtis“ ir „susierzinimas“, nors abu jie ir siejasi su pykčiu, bet nebūtų ant to paties laiptelio pagal stiprumą).</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Vertinimą galima pradėti nuo pokalbio apie tai, kad emocijos gali būti juntamos kaip silpnos arba kaip stiprios; ar kada nors susimąstėte, kad emocijos gali būti laipsniuojamos (t. y. skirstomos pagal tai, kiek stipriai jos juntamos)? Be to, emocijos užplūsta ir praeina – tai normalu; pasikalbėkite apie tai, kaip dalykai</p>

prasideda ir baigiasi, kaip jausmai kyla, stiprėja ir praeina. Kaip galime iš ženklų (simptomų) suprasti, kad emocijos darosi pernelyg stiprios? Kaip su jomis dera elgtis?



## Užsiėmimai 10–12 metų vaikams

<b>Pavadinimas:</b> Mano laikraščio pirmasis puslapis	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – paskatinti vaikus pamąstyti apie save ir pasinaudoti jiems duotomis priemonėmis tam, kad prisistatytų laikraščio pirmajame puslapyje.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Savivoka</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Savęs pristatymas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žurnalai</li> <li>• Žirkklės</li> <li>• Klijai</li> <li>• Spalvoti flomasteriai</li> <li>• Tuščias lapas kiekvienam vaikui</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pasiūlykite vaikams įsivaizduoti, kad rytoj laikraštis išrenka juos kaip savo „pirmojo puslapio“ temą, ir paprašykite, pafantazuoti, kas turėtų atsispindėti tame puslapyje. Tegu įsivaizduoja esą redaktoriai ir tegu pasinaudoja priešais gulinčiu lapu – sukuria tokį pirmąjį puslapį, kuris geriausiai apibūdintų juos. Galima rašyti apie ką tik nori, pavyzdžiui, apie asmeninius pasiekimus, paskutines žinias/įvykius iš savo gyvenimo, svarbius žmones, hobius, pomėgius, stiprybes, talentus... Mokytojui taip pat būtų naudinga prisistatyti savo laikraščio pirmajame puslapyje.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Užsiėmimo pabaigoje surenkite iš sukurtų laikraščių „galeriją“ – tegu vaikai kartu apeina visus pirmuosius puslapius, o laikraščio pirmojo puslapio autorius tegu pristato savąjį kūrinį – taip jie vienas apie kitą sužinos daug naujų dalykų.

Pavadinimas: Minčių lietus	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės vaikams geriau suprasti, kas slypi už sąvokos „santykiai“, kokios yra santykių rūšys ir kokius santykius mezgame gyvenime. Dalyviai taipogi galės geriau atpažinti ir suprasti socialinius veiksnius, kurie turi įtakos santykiams, atpažinti gerų ir blogų (sveikų ir nesveikų) santykių dedamąsias, suprasti komunikacijos ir saugumo svarbą mūsų santykiuose. Be to, jie gebės susieti lyčių lygybę su lyčių normomis bei teisėmis (žmogaus ir seksualinėmis).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b></li> <li>• Savivoka</li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Empatija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žmogaus siluetas</li> <li>• Santykių nuotraukos (Priede)</li> <li>• Žymikliai</li> <li>• Smurto ir lygybės lentelės</li> <li>• Žvaigždės</li> <li>• Plakatai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Vedėjas padeda ant lentos didelį kartotinį žmogaus siluetą. Aplink figūras sudėliojami paveikslėliai, atspindintys įvairius vaikams suprantamus santykius. Vaikams pasakoma, kad kiekvienas žmogus per savo gyvenimą užmezga įvairius santykius. Tuo pačiu derėtų paprašyti vaikų, kad jie įvardytų, kokius jausmus kiekvienas žmogus išgyvena ir kaip elgiasi palaikydamas kiekvienus santykius? Ar elgiasi visi vienodai?</p> <p>Po pokalbio pasiūlome vaikams sužaisi žaidimą. Paskirstome vaikus į 4</p>

grupės (4–5 vaikai vienoje grupėje). Paprašome jų sugalvoti savo grupei pavadinimą. Mokytojas prisiima TV vedėjo vaidmenį ir perskaito kai kuriuos teiginius. Vaikai turi atpažinti, ar teiginys atspindi „lygybę“, ar „smurtą“. Kiekviena grupė turi dvi lenteles (ant vienos užrašoma „lygybė“, ant kitos „smurtas“).

Vedėjui perskaičius teiginį, kiekviena grupė kelias sekundes pasitaria ir greičiausioji parodo atsakymą iškeldama lentelę su teisingu atsakymu. Jį pateikusi komanda gauna žvaigždę. Komanda, surinkusi daugiausia žvaigždžių, laimi.

Pasibaigus užsiėmimui paaiškiname kai kurias sąvokas, susijusias su smurtu lyties pagrindu (SLP) (tai smurtas, nukreiptas į asmenį dėl to asmens lyties, įskaitant ir asmens lytinę tapatybę/raišką, ar smurtas, kuris tam tikros lyties asmenų patiriamas neproporcingai dažnai) ir lyčių lygybę (moterys ir mergaitės, vyrai ir berniukai naudojami tomis pačiomis teisėmis, ištekliais, galimybėmis ir apsauga). Paminėkime, kad egzistuoja tam tikri komponentai, nuo kurių priklauso, ar santykiai geri, ar blogi.

Pasinaudoję teiginiais ir pasidaliję atsakymais, vaikai apibrėš gerų ir blogų santykių dedamąsias. Lentoje pateikiame du plakatus (atspindinčius gerus ir blogus santykius – juos parengiame iš anksto) ir paprašome komandų įvardyti gerų ir blogų santykių dedamąsias (komponentus).

Teiginiai:

- Berniukai ir mergaitės gali tapti gydytojais: lygybė.
- Mergaitės, kaip ir berniukai, gali tarnauti kariuomenėje: lygybė.
- Mergaitės ir berniukai turi lygias teises mokytis: lygybė.
- Mergaitės ir berniukai turi vienodas teises į laisvalaikio veiklas: lygybė.
- Mergaitės ir berniukai turi gauti vienodai kišenpinigių: lygybė.
- Mergaitės ir berniukai turi lygias galimybes išreikšti savo liūdesį verkdami: lygybė.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kai berniukas neleidžia jaunesnei sesutei eiti į kiną: SLP.</li> <li>• Kai berniukas reikalauja iš sesers atnešti jam vandens: SLP.</li> <li>• Jei berniukas nori prievarta pabučiuoti mergaitę: SLP.</li> <li>• Jei berniukas atima pinigus iš kitų vaikų: smurtas.</li> <li>• Jei iš vaiko tyčiojamasi ir jam neleidžiama būti vaikų grupėje: smurtas.</li> <li>• Jei iš mergaitės tyčiojamasi, nes ji stambi: SLP.</li> <li>• Jei berniukas pravardžiuoja kitą berniuką: smurtas.</li> <li>• Jei mergaitė eina apsipirkti ir kažkas ją seka bei negražiai apie ją kalba: SLP.</li> </ul>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Padiskutuokite su vaikais apie jų jausmus ir mintis. Galite jų paklausti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jie jaučiasi?</li> <li>• Ką jie sužinojo apie skirtingas santykių rūšis?</li> <li>• Išsiaiškinkite, ar jie suprato smurto lyties pagrindu ir lyčių lygybės sąvokas.</li> <li>• Ką jie sužinojo apie gerus ir blogus (sveikus ir nesveikus) santykius?</li> </ul>

### Nuorodos į šaltinius:

Save the Children & Abaad – Resource Center for Gender Equality (2013). Playing for Gender Equality.

SPAVO (2014). Project B Here: Building Healthy Relationships.

## Santykių nuotraukos







*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



Pavadinimas: Balsuok kojomis	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų
<b>Tikslai:</b>	<p>Pagrindinis užsiėmimo tikslas – padėti dalyviams atrasti būdus, kaip tvarkytis su smurtu santykiuose, patyrinėti galimus sprendimus, atrasti kliūtis, kurios neretai trukdo žmonėms pasipriešinti smurtui santykiuose ir padėti jiems suprasti, kaip jie gali apsaugoti save ir kitus nuo tokio pobūdžio santykiuose.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Sveiki santykiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Savivoka</li> <li>• Atsparumas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentelės su pasirinkimais A, B, C, D, išdėliotos užsiėmimo patalpos kampuose</li> <li>• Scenarijai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Padalykime scenarijus ir paprašykime, kad savanoriai juos pristatytų. Perskaitome teiginius apie tai, kaip skirtingai gali reaguoti žmonės, atsidūrę smurto santykiuose situacijose. Prieš tai jau esame užsiėmimo patalpos kampuose pakabinę pasirinkimus A, B, C, D. Kiekvienu atveju, keturi „sprendimai“ ar galimi reakcijos būdai bus pristatyti. Kiekvienas galimas sprendimas atitinka vieną patalpos kampą. Pasirinkimas A atitinka kampą A, pasirinkimas B – kampą B ir t. t.</p> <p>Paprašome dalyvių, kad pasirinktų poziciją ir judėtų iš kampo į kampą, priklausomai nuo pasirinkimo. Kai pristačius atvejį bus pristatyti galimi sprendimai, kiekvienas dalyvis turi pasirinkti ir atsistoti prie atitinkamo patalpos kampo. Visi dalyviai turi atsisėsti. Jei kuris nors nėra tikras, jis gali pasirinkti variantą „kita“. Paprašykite dalyvių paaiškinti, kodėl pasirinko</p>



vieta, kurioje stovi. Prieštaraudami jų argumentams, pabandykite inicijuoti diskusiją. Tikslas – pateikti konkrečius, sunkiai paneigiamus argumentus, kurie įrodytų, kad jų pasirinktas sprendimas „teisingiausias“.

#### **Klausimai diskusijai:**

- ✓ Kokią smurto rūšį jie atpažįsta kiekviename scenarijuje?
- ✓ Kodėl, jų manymu, jie elgėsi taip, kaip pagrindinis veikėjas?
- ✓ Ką jie norėjo pasiekti savo elgesiu?
- ✓ Kaip jautėsi pagrindinis veikėjas?
- ✓ Ar iš tiesų jaunam žmogui lengva kalbėtis su tėvais apie tai, kas vyksta? Kas gali kliudyti jiems pasikalbėti?
- ✓ Ar lengva jaunam žmogui kalbėtis su mokytoju ar kitu mokyklos specialistu apie tai, kas vyksta? Kas gali kliudyti jam kreiptis į juos pagalbos?
- ✓ Ar lengva ką nors atstumti, kad būtų išspręstos santykių problemos? Kodėl? Kodėl ne?
- ✓ Ar draugai gali padėti tokiais atvejais? Kokiais būdais?
- ✓ Ar tu pasitikėtum draugo patarimu? Kodėl? Kodėl ne?
- ✓ Ar lengva kalbėtis apie santykių problemas? Ar bendravimas gali padėti ar kažką pakeisti?
- ✓ Pranešimas suaugusiam gali padėti susitvarkyti su tuo, kas vyksta.

#### **Scenarijai:**

1. Natalija ir Marta geros draugės. Marta su savo šeima persikėlė gyventi kitur, todėl ji pakeitė mokyklą. Naujoje mokykloje Marta bendrauja su dviem bendraklasėmis, kurios prie jos iškart priėjo ir su ja susidraugavo. Marta ir toliau bendrauja su Natalija, kalbasi su ja apie naujas drauges. Kartais kviečia jas į kiną ar pasivaikščioti. Natalija tvirtina Martai esanti vienintelė jos draugė, nes jos seniai viena kitą pažįsta, ir nuolat prikaišioja, kad Marta bendrauja su savo naujomis draugėmis už mokyklos ribų. Marta jaučiasi blogai, tačiau teigia, kad Natalija taip elgiasi, nes ją myli.

<p>Kaip, jūsų manymu, turėtų reaguoti Marta?</p> <p>a. Pasikalbėti su Natalija apie jos elgesį ir kaip ji jaučiasi dėl to</p> <p>b. Ignoruoti Nataliją. Praeis laikas, ir ji susitaikys</p> <p>c. Paklausti draugų patarimo</p> <p>d. Kita</p> <p>2. Ana ir Kostas draugauja, tačiau po kelių savaitių Kostas su ja ima bendrauti vis rečiau. Kartais atsako į Anos žinutes tik kitą dieną. Ana nuolat siunčia jam žinutes ir nesiliauja jam skambinusi tol, kol jis atsako. Ana nori žinoti, kas vyksta. Ji paprašo Kosto duoti savo feisbuko paskyros slaptažodį teigdama, kad būdami pora žmonės turi viskuo dalytis ir neturėti paslapčių. Kostas atsisako, ir Ana labai supyksta, ima priekaišti, kad jis jos iš tiesų nemyli, nes jei mylėtų, pasidalytų savo slaptažodžiu.</p> <p>Kaip, jūsų manymu, turėtų reaguoti Kostas?</p> <p>a. Pasikalbėti su Ana ir paaiškinti, kaip jis jaučiasi dėl jos spaudimo, ir nubrėžti ribas</p> <p>b. Duoti Anai slaptažodį</p> <p>c. Išsiskirti, kadangi jis ja nepasitiki</p> <p>d. Kita</p> <p>3. Marija mokykloje naujokė – atvyko iš kito miesto. Mokykloje apie ją sklando daug neigiamų komentarų. Daugybė berniukų ir mergaičių su ja nekalba, nes ji naujokė, tad jie ja nepasitiki. Dauguma mergaičių vengia jos ir nesidalija su ja niekuo. Bendraklasė Elena prieina prie Marijos ir stengiasi daugiau apie ją sužinoti. Kiti berniukai ir mergaitės užsipuola Eleną dėl tokio elgesio.</p> <p>Kaip, jūsų manymu, turėtų reaguoti Elena?</p> <p>a. Nustoti bendrauti su Marija</p> <p>b. Paaiškinti vaikams, kad atstumti Eleną nedera</p> <p>c. Pasikalbėti su mokytoju</p> <p>d. Kita</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>4. Katerina – vyriausias vaikas šeimoje ir vienintelė duktė. Tėvai daug dirba ir grįžta namo vėlai. Jie paprašo Katerinos grįžus iš pamokų pasirūpinti namais, tad ji neturi laiko paruošti pamokas. Kai ji nepasirūpina namais, jie rėkia ant jos ir reikalauja daugiau taip nesielgti. Katerina jaučia spaudimą ir mano, kad jos pamokos svarbesnės.</p> <p>Kaip, jūsų manymu, turėtų reaguoti Katerina?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Paaiškinti tėvams, kaip ji jaučiasi</li> <li>Ignoruoti juos</li> <li>Pasipasakoti savo mokytojui</li> <li>Kita</li> </ol>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Diskutuodami padedame vaikams suprasti, kad geriausi sprendimai tokiose situacijose turėtų apimti šiuos principus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reikalavimas liautis ir ryžtingas elgesys. Būtina kažko imtis, negalima ignoruoti smurtinio elgesio. Smurto ciklas liaujasi tik gavęs ryžtingą atkirtį.</li> <li>Jei problema sudėtinga, labai svarbu pasikalbėti su suaugusiais, net jei atrodo sunku.</li> <li>Sprendžiant santykių konfliktus ir problemas santykiuose svarbu palaikyti pozityvią komunikaciją (paaiškinti, kas ir kaip).</li> <li>Draugai gali pagelbėti, kad pirmiausia dera kreiptis pagalbos į juos. Bet draugai ne visada tinkamai pataria, kaip dera elgtis. Ypač sudėtingais atvejais būtina kreiptis pagalbos į suaugusiuosius.</li> </ul>

<b>Pavadinimas:</b> Empatija ir aktyvus klausymasis	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų
<b>Tikslai:</b>	<p>Jei pavyksta padėti vaikams sėkmingai atpažinti savo ir kitų jausmus, šis pratimas padeda vaikams suprasti vienas kito emocijas ir leidžia įsijausti į kito žmogaus padėtį. Bandydami suprasti kito žmogaus jausmus ir jo būseną, vaikai geba geriau atjausti kitus, tad ilginiui tarpasmeniniai santykiai tampa sveikesni (Ioannidou &amp; Konstantikaki, 2008).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Savivoka</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spalvoti lapeliai</li> <li>• Kepurė (arba dėžė)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paprašykite, kad vaikai ant lapelio užrašytų vieną žodį, kuris apibūdintų, ko jie <b>bijo</b> ar dėl ko <b>jaudinasi</b>. Taip pat paprašykite, kad po tuo žodžiu parašytų dvi eilutes, kurios apibūdintų jų nerimą ar baimę, paskui sudėkite jų lapelius į kepurę.</p> <p>Mokytojas paprašo, kad kiekvienas dalyvis ištrauktų iš kepurės po lapelį ir perskaitytų garsiai, kas jame parašyta. Tildykite komentarus grupėje. Priminkite vaikams, kad jie turi „tiesiog klausytis“.</p> <p>Kai visi lipukai perskaityti, mokytojas turėtų pakviesti dalyvius diskutuoti:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Ką bendra aptikote?</li> <li>2) Kaip jaučiatės?</li> <li>3) Ar buvo lengva klausytis ir suprasti, kaip jautėsi tas žmogus?</li> <li>4) Kaip jautėtės kitiems dalyviams tiesiog klausantis, kaip jūs nerimaujate?</li> </ol>

	<p>Paprašykite, kad vaikai vienu žodžiu apibūdintų, kas juos <b>pozityviai sujaudina (džiugina)</b> bei paprašykite, kad jie dviejose eilutėse po tuo žodžiu aprašytų savo džiugesį ir sudėtų lapelius į kepurę. Tuomet mokytojas paprašo kiekvieno dalyvio ištraukti po lapelį iš skrybėlės ir perskaityti jį garsiai. Tildykite komentarus grupėje. Priminkite dalyviams, kad jie turi „tiesiog klausytis“.</p> <p>Kai visi lapeliai perskaityti, vedėjas kviečia dalyvius padiskutuoti:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Ką bendra aptikote?</li> <li>2) Kaip jaučiatės?</li> <li>3) Ar buvo lengva klausytis ir suprasti, kaip jautėsi tas žmogus?</li> <li>4) Kaip jautėtės jūs pats, kitiems dalyviams tiesiog klausantis jūsų apibūdinimo?</li> </ol>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Padrąsinkite mokinius geriau suprasti kitų žmonių jausmus ir emocijas. Paprašykite mokinių, kad jie atidžiai klausytųsi savo pašnekovų, kad geriau suprastų, kaip tas kitas žmogus jaučiasi. Inicijuokite pokalbį apie sąvoką „empatija“.</p>

**Nuorodos į šaltinius:**

<https://www.icebreakers.ws/medium-group/fear-in-a-hat.html>

<http://www.holliseaster.com/p/fears-in-a-hat/>

<b>Pavadinimas:</b> Konfliktų sprendimas ir atsparumas bendraamžių spaudimui	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų mokiniai
<b>Tikslai:</b>	<p>Veiksmingai sprenddami konfliktus grupėje, mezgame stiprius, abipusiu supratimu grindžiamus santykius. Šis užsiėmimas padeda saugiai išreikšti įvairias nuomones, kurios skatins veiksmingą dalyvių bendradarbiavimą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinis įgūdis: Socialiniai įgūdžiai</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Savivoka</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Didelis popieriaus lapas</li> <li>• Spalvoti žymikliai</li> <li>• Lipukai</li> <li>• Išdalyti scenarijai (Priede ir Nuorodose)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Padalykite patyčių scenarijų ir paprašykite, kad visi tyliai jį paskaitytų 2 minutes. Suskirstykite klasę į mažesnes grupes po 3–4 vaikus. Paprašykite, kad kiekviena grupė paimtų spalvotus žymiklius/flomasterius ir padalytų savo paskaitų plakato lapą į 3 dalis ir pavadintų kiekvieną dalį „AŠ“, „KARTU“ ir „TU“. Paprašykite, kad kiekvienas grupės narys užrašytų ant lipuko atsakymus į klausimus „kaip tu dėl to jautiesi?“ ir „ką tu darysi?“ ir priklijuotų lipukus prie dalies „AŠ“. Paprašykite jų, kad dirbdami su kitais grupės nariais parašytų ant lipukų atsakymus į klausimą „ką jūs darysite kaip grupė?“ ir priklijuotų lipukus prie dalies „KARTU“. Galiausiai, paprašykite dalyvių, kad užrašytų ant lipukų atsakymus į klausimą „kokį patarimą apie tai, ką daryti, duotum aukai/asmeniui?“ ir priklijuokite jų lipukus prie dalies „TU“.</p>

<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Paskatinkite dalyvius pasidalyti mintimis apie užsiėmimą ir tai, ko jie išmoko. Galite panaudoti šiuos klausimus: <ul style="list-style-type: none"><li>• Kaip jauteisi užsiėmimo metu?</li><li>• Ar buvo sudėtinga atsakinėti į klausimus?</li><li>• Ar buvo lengviau ieškoti atsakymų su grupe nei savarankiškai?</li></ul>
---------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Šaltinių nuorodos:**

[http://www.eycb.coe.int/composito/chapter\\_4/pdf/4\\_8.pdf](http://www.eycb.coe.int/composito/chapter_4/pdf/4_8.pdf)

**Patyčių scenarijų pavyzdžių galite rasti:** Flowers, N., Brederode Santos, M. E., Claeys, J., Fazah, R., Schneider, A., Szelényi, Z. (2007). *Composito: Manual on human rights education for children* (2<sup>nd</sup> ed.). N. Flowers (Ed), Budapest: council of Europe, Directorate of Youth and Sport.



## Scenarijus 1

**Trys tavo bendraklasės (-iai) tave pravardžiuoja ir įtikina kitus vaikus klasėje nežaisti su tavimi mokyklos kieme. Ką turėtum daryti?**

## Charakterio ugdymas

### Literatūros apžvalga

#### Vertybių ugdymas ir stiprinimas kaip priemonė, padedanti įveikti smurtą lyties pagrindu

Žodis „charakteris“ kilęs iš graikų kalbos žodžio *charaktēr*, kurio pirminė reikšmė – ženklai, išgraviruoti monetose. Ilgainiui žodis „charakteris“ ėmė reikšti išskirtinių savybių rinkinį, kuris leidžia atskirti vieną dalyką nuo kito, o kalbant apie asmenis, juo imta apibūdinti savybių ir bruožų derinį, padedantį atskirti vieną žmogų nuo kito (Homiak, 2007).

Remiantis socialiniais mokslais, asmens charakterį sudaro psichologinės charakteristikos, kurios veikia vaiko gebėjimus ir polinkį priimti tinkamus moralinius sprendimus, pavyzdžiui, būti socialiai ir asmeniškai atsakingam, etiškam ir kontroliuojančiam save (Berkowitz & Bier, 2007). Geras charakteris nėra trūkumų ar problemų nebuvimas – jis labiau apibrėžiamas per teigiamų spektro savybių turėjimą (Park & Peterson, 2009). Charakterio bruožai „susiję su asmens moraline verte“ (Goldie, 2004).

Daugeliui gali atrodyti, kad „turėti charakterį“ paprasčiausiai reiškia „laikytis taisyklių“ ir vengti socialiai nepriimtino elgesio ar motyvų. Tačiau charakterio sąvoka apima ne tik taisyklių laikymąsi – ji pabrėžia ir gebėjimą lavinti vidinę motyvaciją daryti tai, kas geriausia pačiam, ir pagarbiai vertinti kitų gerovę. Paprastai tariant, charakteris yra individo pozityvios asmenybės raidos išraiška – intelektualinė, socialinė, emocinė ir etinė. Turėti gerą charakterį reiškia būti geriausiam žmogui, kokiu tik galima tapti (Battistich, Schaps, & Wilson, 2004).

Turėti stiprų ir gerbtiną charakterį reiškia būti tokiam, kuris elgiasi garbingai ir yra vertas pasigerėjimo. Geras charakteris nesiformuoja automatiškai, jis ugdomas nuosekliai, ilgą laiką nepertraukiamame mokymo procese, per pavyzdžius, lavinimąsi ir praktiką (Pala, 2011). Visi trokšta palaikyti artimus santykius su gero charakterio žmonėmis, ir tai ypač svarbu auginant vaikus. Holistinės pedagoginės perspektyvos tikslas – ugdyti tokias vaikų savybes kaip

sąžiningumas, pagarba, savigarba, įvairovės priėmimas, sprendimų priėmimas, empatija ir pilietiškumas. Šie dalykai neįvyksta savaime, be tėvų pastangų ir be mokyklos bendruomenės paramos.

Be to, kadangi mokykloms svarbu tobulinti jaunų žmonių bazines akademines žinias ir įgūdžius, mokyklos vis dažniau raginamos aktyviau ugdyti ir vaikų charakterį. Nors tradiciškai manyta, kad esminį vaidmenį šiame procese atlieka šeimos ir religinės bendruomenės, nedažnas galėtų pasiginčyti, kad mokyklų vaidmuo vaikų charakterio ugdyme bei apskritai socializacijos procese mažiau svarbus (Skiba & Peterson, 2000). Todėl „Charakterio ugdymo“ modulis buvo sukurtas kaip mokytojų ir mokyklų bendruomenių įrankis, padėsiantis ugdyti vaikų vertybes ir elgseną, kuri palengvintų – ir su laiku įtvirtintų – gerą ir garbingą vaiko charakterį.

### Charakterio ugdymo apibrėžtys

Siūlomos įvairios charakterio ugdymo apibrėžtys. Pavyzdžiui, siūloma apibrėžti charakterio ugdymą kaip tikslingą mokymą, kuris skatintų socialinę ir asmeninę atsakomybę bei ugdytų gerus charakterio bruožus ir moralines vertybes, turinčias įtakos tokiam ugdymui (Vessels & Boyd, 1996). Kiti (Fertman & van Linden, 1999) siūlo apibrėžti charakterio ugdymą kaip formalų mokymą apie sąžiningumą, pasitikėjimą, bendradarbiavimą, pagarbą, atsakomybę, viltį, ryžtą ir ištikimybę. Tomaselli ir Golden (1996) apibrėžė jį kaip viską, ką mokykla daro norėdama padėti mokiniams priimti geresnius, veiksmingesnius pasirinkimus ir sprendimus; mokiniai turi atpažinti, suprasti ir išmokti, kaip veikti vadovaujantis asmeninėmis vertybėmis.

Apskritai sąvoka „charakterio ugdymas“ vartojama apibūdinti pedagoginę perspektyvą, kurios tikslas – padėti vaikams ugdytis moralų, pilietišką ir socialiai priimtina mąstyseną ir elgseną. Naudojant visus mokyklos išteklius ir galimybes, „charakterio ugdymas“ orientuojasi į vaiko charakterio tobulinimą (Battistich, Schaps, & Wilson, 2004). Charakterio ugdymas susijęs su įvairiomis ugdymo programomis, kurių tikslas – užtikrinti vaikų gerovę, pavyzdžiui, socialinį ir emocinį ugdymą, gyvenimo įgūdžių mokymą ir sveikatos ugdymą (Tatman, Edmonson, & State, 2012).

Tradiciškai „charakterio ugdymas“ moko vaikus „**vertybių**“, kurios veikia kaip psichologinis atsakas į universalius visų individų ir grupių reikalavimus: patenkinti biologinius poreikius,

užtikrinti sklandžias socialines sąveikas, patenkinti socialinius institucinius lūkesčius, siejamus su grupės gerove ir išlikimu (Feather 1994).

Gero charakterio mokymas per vertybių ugdymą šiuolaikinėje visuomenėje ypač svarbus, kadangi pagrindinio ir vidurinio lygio moksleiviai susiduria su daugybe iššūkių, kurių tiesioginė priežastis – interneto ir socialinių medijų įtaka (Amerikos pediatrijos akademija, 2013), ribotas ugdymas ar prastas auklėjimo stilius šeimoje (Haynes & Thomas, 2007), bendraamžių spaudimas (Brown, Clasen, Eicher, 1986) ir smurtinis ar agresyvus elgesys (Frick & White, 2008).

Šiuolaikiniai vaikai patiria daug neigiamos įtakos iš medijų ir kitų išorinių šaltinių, kurie paplitę šiandienos kultūroje, bet nebuvo pažįstami ankstesnėms kartoms (Skiba & Peterson, 2000). Dėl to vaikams be galo sunku atrasti patikimus ir nuoseklius moralinius pavyzdžius, kurie nukreiptų jų vystymąsi ir vėlesnį gyvenimą. Tokiomis tikrovės sąlygomis mokykloms būtina sukurti tokias socialines aplinkas, kuriose mokiniai jaustųsi priimti ir vertinami kaip svarbūs mokyklos bendruomenės ir platesnės visuomenės nariai.

Charakterio ugdymas padėjo susitelkti į smurto bei agresijos priežastis ir įgalino mokyklas kurti saugesnes aplinkas ten, kur toks elgesys buvo aptiktas ir užkardytas (Schaeffer, 1999). Mokyklų atsakomybė yra akademinis ugdymas, bet tuo pat metu jos privalo ugdyti etines vertybes – darnios pilietinės visuomenės pamatą. Geras pilietis yra tas, kuris žino ir supranta savo visuomenės teises ir atsakomybes (Schaeffer, 1998). Mokyklos nuo pat mažumės turėtų ugdyti pirmiau minėtas vertybes ir atitinkamą vaikų elgesį. Sėkmingam vertybių ugdymui būtina sukurti saugią, palaikančią atmosferą klasėje, kad mokiniai turėtų galimybę laisvai išreikšti save ir būtų pakantūs bei pagarbūs kitų žmonių nuomonėms (Brady, 2011).

Kad didėtų mokinių vidinė motyvacija vertybinio mokymo atžvilgiu, kad jie pajustų poreikį praktiškai taikyti išugdytas vertybes kasdieniame gyvenime, vertybes dera ugdyti atsižvelgiant į vaiko amžių ir tinkamais ugdymo(si) metodais. Pavyzdžiui, vertybę „pagarba“ galima įskiepyti tik tuo atveju, jei vaikai ja vadovaujasi, todėl tam tikromis konkrečiomis aplinkybėmis reikia ją parodyti bei išreikšti (Lickona & Davidson, 2005).

Charakterio ugdymas siūlomas kaip svarbi ir daug žadanti smurto bei normų neatitinkančio elgesio prevencijos strategija. Konkrečiau, kaip pastebėta, charakterio ugdymo programoje

dalyvaujančių pradinė mokyklų mokinių socialinės kompetencijos lygis aukštesnis (Miller, Kraus, & Veltkamp, 2005). Socialinė kompetencija apibrėžiama kaip gebėjimas efektyviai veikti socialinės sąveikos situacijose ir yra akivaizdžiai susijusi su socialiniais įgūdžiais. Ypač didelį dėmesį skirdami vaikų gero, moralaus elgesio ugdymui, skatiname sveiką jų vystymąsi ir gerovę įvairiose srityse (Park & Peterson, 2009). Be to, manoma, kad tokie vaikai reikšmingai dažniau vertina įvairovę ir padeda kitiems (Scales, Blyth, Benson, & Leffert, 2000).

Kaip jau minėta, mokyklos yra ugdymo įstaigos, atliekančios dvejopą vaidmenį – ne tik palengvinti vaikų kognityvinę raidą, bet ir skiepyti jiems vertybes bei socialinius įgūdžius, kurie svarbūs tiek jų vystymuisi, tiek gerovei apskritai. Įvairių charakterio ugdymo programų tikslas – padėti mokykloms pasiekti minėtus tikslus. Pavyzdžiui, programa „Daugiau tolerancijos“ (*REACH beyond tolerance programme*), specialiai sukurta didinti atsakomybę ir su ja susijusią elgseną tarp pradinė klasių mokinių, siekiama padėti mokiniams kuo geriau prisitaikyti etninės ir kultūrinės įvairovės pasaulyje. Įvairovė atspindi platų kontekstą ir apima tokias charakteristikas kaip rasė, etninė kilmė, kultūra, lytinė tapatybė ir lyties raiška (Hollingsworth, Didelot, & Smith, 2011).

Skirtingos metodikos ir programos moko ir siūlo vertybių įvairovę, tačiau projektas SAFER susitelkia į smurto lyties pagrindu prevenciją ir užkardymą, todėl pasirinktos 5 specifinės vertybės (pagarba, teisingumas, aktyvus pilietiškumas, meilė, taika), kurios gana tiksliai atspindi SAFER projekto turinį ir yra tiesiogiai susijusios su projekto tikslais.

Susitelkdama į ryšį tarp charakterio ugdymo, vertybių ir šiandienos socialinių iššūkių, tokių kaip lyčių lygybė ar smurtas lyties pagrindu, UNESCO (2019), bendradarbiaudama su kitomis gerai žinomomis humanitarinėmis organizacijomis, parengė mokykloms skirtą ugdymo programą „Pagarbi sąveika“ (*Connecting with Respect*), kurios tikslas – įvairiomis priemonėmis užkirsti kelią smurtui lyties pagrindu. Tarp įvairių vartojamų sąvokų ypač pabrėžiama pagarba kaip vertybė, kartu derinant lytiškumui jautrią pedagogiką ir kitus svarbius psichoedukacinius aspektus (pvz., bendravimo įgūdžius, bendraamžių paramos įgūdžius). Savigarba laikoma ir vertingas pagarbos požymis, apibrėžiantis mūsų pačių savivertės suvokimą. Kaip ir pagarbos kitiems atveju, savigarba apima pažinimą, vertinimą, emocijas, lūkesčius, motyvaciją, veikimą ir reakciją, tad padeda išvelgti ir savąją moraliai reikšmingą vertę (Dillon, 2016).

## Teisingumas kaip moralinė vertybė

Viena ir svarbių charakterio ugdymo programos temų – teisingumas kaip vertybė. Anot Feather (1994), teisingumas artimai susijęs su dora ir iš esmės yra socialiai sukonstruotas principas, vadinasi, tai, kas suvokiama kaip teisinga vienoje kultūroje, gali būti skirtingai suvokiama kitoje. Todėl labai svarbu mokyti vaikus ir jaunimą teisingumo ir doros vadovaujantis universalia holistine samprata, skatinančia priimti ar bent jau toleruoti lytinės tapatybės ir/ar lyties raiškos įvairovę bei imtis reikalingų veiksmų, jei pastebima neteisinga, diskriminuojanti elgsena. Tokiu būdu svarbu, kad teisingumo jausmas būtų lavinamas, nes asmens kritiškas suvokimas „kas teisinga ir kas ne“ yra veikiamas ne tik santykių tarp konkrečių asmenų – jam turi įtakos ir vertybės, normos bei susitarimai (Feather 1994).

## Pilietiškumas kaip moralinė vertybė

Pilietiškumas kaip vertybė (apibrėžiamas kaip „aktyvus pilietiškumas“) grindžiamas įsitraukimu į vietines bendruomenes ir demokratijos procesus įvairiais lygiais, nuo miestų iki nacionalinio lygio veiklų (European Economic and Social Committee, 2012). Daugybę metų prevencinės veiklos buvo paremtos idėja, kad žmonės, kuriems būdingas probleminis elgesys, tiesiog turi kažkokių asmenybės „ydų“, kurios siejamos su netinkamo elgesio rizika. Tačiau toks požiūris neleido pastebėti „priklausymo“ svarbos. Jausmas, kad esi kompetentingas, įneši savo indėlį ir esi vertingas prosocialios grupės narys – lemiamas sėkmės gyvenime ir tinkamų pasirinkimų veiksnys. Tyrimai rodo, kad jaunuoliai, lankantys mokyklas, kuriose jaučiasi priimti, gebantys ir vertinami, mažiau linkę netinkamai elgtis (Battistich, Schaps, & Wilson, 2004).

Artėdami suaugystės link, mokiniai ims vis geriau suprasti sąvoką „aktyvus dalyvavimas“, kuri apibūdina, koks svarbus aktyvus piliečių įsitraukimas į įvairias veiklas įvairiomis progomis, kurios turi tiesioginės ar netiesioginės įtakos jų žmogaus teisėms, gerovei ir sėkmei.

Kalbant apie smurtą lyties pagrindu neretai pasitelkiamos įvairios vietinės ar nacionalinės kampanijos, informuojančios apie smurto lyties pagrindu reiškinių ir teisinius aspektus. Anot Visuotinės Žmogaus Teisių Deklaracijos „lyčių lygybė, tapatybė ir raiška“ yra pamatinės žmogaus teisės ir bet kokios veiklos, kuriomis su pagarba į kitus žmones ugdomos šios nuostatos, yra ne tik remiamos, bet ir skatinamos (International Commission of Jurists, 2010). Viena esminių kliūčių,

kurias turėjo įveikti šios kampanijos, buvo klaidinga nuostata, kad smurtas lyties pagrindu liečia tik moteris ir yra tik moterų reikalas.

Taigi nenuostabu, kad daugybė žmonių tiki, jog tik moterys ir mergaitės turi gauti išsamią informaciją apie smurtą lyties pagrindu ir mokytis apsiginti situacijose, kuriose iškyla grėsmė jų fizinei ar psichologinei gerovei. Siekiant pakeisti šias klaidingas nuostatas, buvo skatinamas vyrų įsitraukimas į įvairias kampanijas, įtraukiant į jas skirtingo amžiaus ir socioekonominės padėties vyrus. Tuo būdu buvo didinamas sąmoningumas smurto lyties pagrindu ir jo poveikio kiekvienam, nepriklausimai nuo jo lyties ir/ar amžiaus, atžvilgiu. Pavyzdžiui, asociacija „MenEngage Alliance“, veikianti tiek kolektyviniu, tiek individualiu lygmeniu, siekdama užtikrinti lyčių lygybę, žmogaus teises ir socialinę teisingumą, pritaria šiai nuostatai ir skatina aktyvų vyrų ir berniukų įsitraukimą, pagarbą ir bendradarbiavimą kovojant su įvairiomis moterų diskriminacijos formomis ir apskritai su smurtu lyties pagrindu (MenEngage Alliance, 2018).

### Meilė kaip moralinė vertybė

Kita svarbi vertybė, pasirinkta kovojant su smurtu lyties pagrindu, yra meilė. Meilė – tai jausmas, kurį apibūdina geri ketinimai, nesavanaudiški veiksmai ir aktyvus domėjimasis. Ji gali būti plačiau suvokiama kaip filantropija ar altruizmas, apimantys ir meilės veiksmus. Meilė – dar ir svarbus emocinio raštingumo komponentas, ji minima įvairiose su emocijomis susijusiose teorijose (Lazarus, 1996). Meilė kaip vertybė gali būti išskiriama iš kitų sąvokų, kurios taip pat apima jausmingo atsidavimo ir emocinio ryšio tarp žmonių bei daiktų kūrimą įvairiais būdais ir lygiais (Cooper, 1977). Pavyzdžiui, kai kurie žmonės gali mylėti partnerį, šeimą, darbą ir kolegas arba konkrečias veiklas, kurios savaime yra gėris arba duoda naudos kitiems žmonėms. Meilė gali būti apibrėžiama kaip svarbus sąmoningumo kėlimo kampanijų komponentas ir svarbi specifinių grupių diskriminacijos ir marginalizacijos mažinimo sąlyga.

Natūraliai mokydami vaikus meilės kaip vertybės mokome juos dar ir matyti ne tik save, ugdytis empatiją ir atjautą tiek sau pačiam, bet ir aplinkiniams. Nors negalime iš jų reikalauti reikšti meilę visiems, tačiau galime juos išmokyti suprasti, kad kiekvienam duotas gebėjimas mylėti ir būti mylimam, todėl tai, ko mes visi galime siekti, yra gerumo nuostata, geri ketinimai kitų atžvilgiu ir netinkamo elgesio su kitais vengimas bet kokiomis aplinkybėmis.



## Taika kaip moralinė vertybė

Galiausiai, taika kaip vertybė grindžia žmogiškąjį poreikį gyventi visuomenėse ir kontekstuose be smurto, diskriminacijos ir įvairių formų konfliktų (Piechowski, 1991). Viena iš taikos formų yra vidinė taika, apibrėžiama kaip situacija, kurioje esantis žmogus jaučia psichologinę ar dvasinę ramybę, nepaisydamas egzistuojančių potencialių dirgiklių (Piechowski, 1991). Vidinės taikos sąvoka artimai susijusi su sąmoningu moraliniu skirtingų individo veiksmų poveikio vertinimu. Tiksliau sakant, kai mūsų veiksmai sutampa su mūsų suvokimu, kas teisinga ir neteisinga, galime jausti vidinę taiką. Todėl labai svarbu skiepyti šias vertybes vaikams nuo mažumės, kad jie kuo anksčiau suprastų, jog „gero darymas“ veikia dvejopai: tu, kaip asmuo, gali džiaugtis ilgalaikę vidinę ramybę ir kaip neatskiriama visuomenės dalis prisidedi prie bendro visuomeninio gėrio.

Moralės vystymasis vaikystėje ir asmens veiksmų poveikio (teigiamo ar neigiamo) suvokimas yra svarbi Kohlberg'o moralinio vystymosi teorijos (1958) dalis, anot kurios, moralinis vertinimas turi sutapti su moraliu elgesiu. Vadovaujantis teorija, moralus paauglys, jaunuolis ar suaugęs neveikia „netinkami“ nei savo, nei kitų individų atžvilgiu. Pozityviai ugdydami vaikus, skatiname geresnę ne tik akademinę, bet ir emocinę, etinę ir socialinę jų raidą, tuo pačiu prisidedami prie jų, kaip gerų žmonių ir gerų piliečių, augimo, bei mažindami tokių socialinių problemų kaip smurtas lyties pagrindu atsiradimo riziką.

## Literatūra

American Academy of Pediatrics (2009). Policy Statement: Children, Adolescents and the Media. Organizational Principles to Guide and Define the Child Health Care System and/or Improve the Health of all Children, *Pediatrics*, 132, 958-961.

Battistich V, Schaps E, Wilson N. Effects of an Elementary School Intervention on Students' Connectedness to School and Social Adjustment During Middle School. *Journal of Primary Prevention*, 24, 243-262.

- Berkowitz, M. W., & Bier, M. C. (2007). What Works in Character Education? *Journal of Research in Character Education*, 5, 29-48.
- Brady, L. (2011). Teacher Values and Relationship: Factors in Values Education. *Australian Journal Of Teacher Education*, 36.
- Brown, B. B., Clasen, D. R., & Eicher, S. A. (1986). Perceptions of peer pressure, peer conformity dispositions, and self-reported behavior among adolescents. *Developmental Psychology*, 22, 521-530.
- Cooper, J. M. (1977). Aristotle on the Forms of Friendship. *Review of Metaphysics*, 30, 619-48.
- Dillon, R. S. (2006). Respect. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*.
- Goldie, Peter (2004). *On Personality*. Routledge.
- Hollingsworth, L. A., Didelot, M. J., & Smith, J. O. (2003). REACH beyond tolerance: A framework for teaching children empathy and responsibility. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 42, 139-151.
- Homiak, M (2007). Moral Character. *Sandford Encyclopedia of International Journal of Social Sciences and Humanity Studies*, 3, 1309-8063.
- Feather, N. T. (1994). Human Values and their Relation to Justice. *Journal of Social Issues*, 50, 129-151.
- Fertman, C. I. & Van Linden, J. A. (1999). Character Education: An Essential Ingredient for Youth Leadership Development. *NASSP Bulletin*, 83, 9-15.
- Frick, J. P. & White S. F. (2008). Research Review: The importance of callous-unemotional traits for developmental models of aggressive and antisocial behavior. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 359-375.
- Lickona, T. & Davidson, M. (2005). *Smart & good high schools: Integrating excellence and ethics for Success In school, work, and beyond*. Cortland, NY.

- Pala, A . (2011). The Need for Character Education. *International Journal of Social Sciences and Humanity Studies*, 3, 23-32. SV
- Park, N. & Peterson, C (2009). Achieving and Sustaining a Good Life. *Perspectives on Psychological Science*, 4, 422-428.
- Scales, P.C., Benson, P. L., Leffert, N., & Blyth, D. A. (2000) Contribution of Developmental Assets to the Prediction of Thriving Among Adolescents, *Applied Developmental Science*, 4, 27-46.
- Skiba, R. J. & Peterson, R. L (2000). School Discipline at a Crossroads: From Zero Tolerance to Early Response. *Exceptional Children*, 66, 335.
- Tatman. R., Edmonson, S., & Slate, J (2012). *Character Education: A Critical Analysis*. Book: Character Education: Review, Analysis, and Relevance to Educational Leadership National Council of Professors of Educational Administration.
- Tomaselli, J. M. & Golden, J. P. (1996). Character Development in Education: The ABCD's of Valuing. *NASSP Bulletin*, 80, 66-73.
- Vessels, G., & Huitt, W (2005). Moral and character development. Paper presented at the National Youth at Risk Conference, Savannah, GA, March 8-10.

## Apžvalginė lentelė

Pavadinimas	Tikslinė grupė	Apžvalga	Vertinimas ir refleksija
<b>Ratas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	Naudodami gėlės pavyzdį, dalyviai geriau supras, kaip žodžiai ir palaikanti aplinka gali reikšmingai paveikti jų gyvenimą – nuo to priklauso, ar jie prašys, ar nuvys. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Meilė</b>	Žodžiai yra galingas įrankis ir turi didelę įtaką mūsų gyvenimams. Per gėlės pavyzdį dalyviai geriau supras, kuo įgalinantys žodžiai, teigiami komentarai ir konstruktyvus grįžtamasis ryšys gali būti naudingi visiems.
<b>Laimingos rankos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Paprašykite dalyvių popieriuje apvesti savo ranką iki alkūnės, iškirpti jos siluetą, parašyti savo vardą ir pasiūsti kitiems dalyviams, kad kiekvienas parašytų ką nors gražaus. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Meilė</b>	Ši veikla padės mokiniams geriau suprasti, kad nedera kitų vertinti paviršutiniškai, kad turėtume į juos žiūrėti teigiamai bei skirti laiko ir energijos juos pažinti.
<b>Stebuklingas arbatinukas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Šis pratimas rekomenduojamas aptarimui. Pristatykite grupei stebuklingą arbatinuką, kuriame yra daug lapelių su užrašytais savybėmis, įgūdžiais ir gebėjimais. Lapukai palikti ankstesnio užsiėmimo dalyvių. Paprašykite dalyvių, kad jie ką nors išimtų iš arbatinuko ir ką nors įdėtų būsimiems užsiėmimo dalyviams. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Pilietiškumas</b>	Šis užsiėmimas pabrėžia, kaip svarbu prisidėti prie bendrų veiklų ir dalytis savo dovanomis bei gebėjimais visuomenės labui.
<b>Rūpestingumo atvirukai</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	Padarykite dėkingumo atvirukus žmonėms, kurie sunkiai dirba tam, kad sukurtų saugią aplinką visiems žmonėms. Tai gali būti konkretus žmogus arba grupė žmonių, dirbančių mokykloje, arba kiti bendruomenės atstovai, pavyzdžiui, vietiniai ugniagesiai, policininkai ar senyvi žmonės. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Pilietiškumas</b>	Šis užsiėmimas padeda dalyviams geriau suvokti, kaip aplinkiniai žmonės veikia mūsų realybę. Visi mes esame atsakingi daryti geriausiai tai, ką gebame, ir kuo dažniau rodyti dėkingumą kitiems.
<b>Sąžiningas elgesys</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	Atsineškite maišelį saldinių (ar kitų skanėstų), kuriame keliais vienetais saldumynų mažiau nei yra dalyvių. Dalyviai aptiks, kad skanėstų nepakanka visiems, ir atitinkamai sureaguos. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Sąžiningumas</b>	Šis užsiėmimas atskleis mintis, nuostatas ir jausmus, kurie kyla, kai su mumis elgiamasi nesąžiningai (nelygiavertiškai), arba kai mes matome, kad nesąžiningai elgiamasi su kitais.

<b>Rašyk per aplink</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	<p>Padalykite dalyviams užsiėmimo priedą ir paprašykite užpildyti jį ir parašyti ką nors gražaus savo klasės draugams. Paprašykite, kad savanoriai pasidalytų vienu ar keliais pozityviais kitų parašytais teiginiais. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Meilė</b></p>	<p>Šis užsiėmimas skatina dalyvius stengtis pastebėti ir teigiamai įvertinti tai, ką gero jie pastebi kituose, net jei tas kitas asmuo nėra artimas.</p>
<b>Žmogiškasis bingo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	<p>Visą „žmogiškojo bingo“ lapą dalyviai užpildo kitų dalyvių, atitinkančių aprašymus lape, parašais. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Meilė</b></p>	<p>Šis užsiėmimas skatina dalyvius geriau pažinti vienas kitą. Be to, jis skatina ieškoti panašumų su kitais dalyviais, priimti ir vertinti skirtumus, nes būtent jie gausina komandos įvairovę.</p>
<b>Pats sau herojus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	<p>Pakvieskite dalyvius surašyti savo herojus/-es ir jų savybes ar vertybes, kuriomis dalyviai žavisi. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Pilietiškumas</b></p>	<p>Užsiėmimas padės dalyviams geriau suprasti, kad kiekvienas mūsų, nepriklausomai nuo lyties, turi puikių savybių ir kad galime parodyti kitiems gerą pavyzdį, kaip ugdytis vertybes ir pagarbą.</p>
<b>Meilė vienija</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	<p>Naudodamiesi priedu paprašykite dalyvių pagalvoti apie tai, kaip žmonės išreiškia meilę vieni kitiems, ir užrašyti mintis. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Meilė</b></p>	<p>Po užsiėmimo dalyviai turėtų geriau suprasti, kad egzistuoja daugybė būdų reikšti meilę ir kad kiekvienas žmogus, nepaisant jo lyties, yra vertas meilės.</p>
<b>Pagarbos receptas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms</li> </ul>	<p>Naudodamiesi puodu, pagaminkite „pagarbą pagal receptą“. Paprašykite, kad dalyviai lipukuose surašytų skirtingus pavyzdžius ar/ir elgseną, susijusią su pagarba, ir panaudokite juos kaip pagarbos ingredientus. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Pagarba</b></p>	<p>Užsiėmimo tikslas – parodyti skirtingus būdus, kaip galime parodyti pagarbą vienas kitam.</p>
<b>Tina ir visi kiti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Išdalykite dalyviams po priedą, kuriame aprašyta vienos mergaitės istorija apie tai, kad ji elgiasi ne pagal įprastas normas ir kaip kiti tokį elgesį vertina ir į jį reaguoja. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Taika</b></p>	<p>Pagrindinis užsiėmimo akcentas – padėti dalyviams apmąstyti įvairovės sąvoką. Užsiėmimas susieja pagarbos ir bendradarbiavimo vertybes, svarbias kuriant draugišką ir taikingą atmosferą, kurioje visi gali jaustis gerai.</p>
<b>Tai tik aš – labai nestandartinis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	<p>Perskaitykite grupei dviejų skirtingų mokinių dienoraščių įrašus ir aptarkite jų mintis, jausmus bei iššūkius. <b>Pagrindinė moralinė vertybė: Teisingumas</b></p>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – padėti mokiniams susipažinti su sąvoka „autentiškumas“ ir geriau suprasti, kiek palankumas tokiam tau, koks esi, gali paveikti tavo gerovę.</p>

## Užsiėmimai charakterio ugdymo tema

### Užsiėmimai 8–9 metų vaikams

Pavadinimas: Ratas	
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Galima pritaikyta įvairioms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės dalyviams suprasti, kaip rodoma meilė ir parama kitiems. Šio užsiėmimo pabaigoje dalyviai geriau supras, kaip jų elgesys gali paveikti kitus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Meilė“</b></li> <li>• Pagarba</li> <li>• Empatija</li> <li>• Savivoka</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kėdė</li> <li>• Atvira erdvė</li> <li>• Ant kėdės padėta gėlė</li> <li>• Dvi nupieštos žmogaus figūros ant lentos/ magnetinės lentos/ didelių lapų</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Kėdė su gėle turėtų būti pastatyta klasės viduryje. Pasakykite mokiniams, kad tai istorija apie mergaitę vardu Laima. Ji dažnai leidžia laiką parke viena. Parodykite gėlę ir pasakykite, kad tai Laki. Parodykite nupieštas dvi žmogaus figūras ir pasakykite, kad šie žmonės turi du skirtumus. Vienas iš jų susilaukia daug teigiamų komentarų ir palaikymo dėl to, ką mėgsta veikti, o kitas gauna daug neigiamų komentarų. Tada paprašykite, kad mokiniai „minčių lietaus“ pratimo pagalba psidalytų, kaip tie žmonės gali jaustis. Užrašykite mokinių</p>

	atsakymus į figūras ir už jų ribų. Pakvieskite mokinius vienas paskui kitą sustoti ratu aplink gėlę (Laimą). Kiekvienas mokinys turėtų pasakyti apie Laimą ką nors gražaus.
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Padiskutuokite su mokiniais apie tai, kad žodžiai yra galingas įrankis ir gali paveikti kitų žmonių gyvenimus bei gerovę. Paaiškinkite jiems, kad žodžiai ne visada reiškia tiesą ir kad neturėtume imti į širdį kai kurių šiurkščių komentarų ar kritikos, kuri mus verčia blogai jaustis ir galvoti apie save, kitus ir gyvenimą apskritai. Taip pat pabrėžkite, kad turime galią teigiamai paveikti kitų žmonių gyvenimus kreipdamiesi į juos padrąsinančiais žodžiais, teigiamais komentarais ir konstruktyviu grįžtamuju ryšiu.</p> <p>Susiekite gėlę su tuo, kaip žmonės jaučiasi, ir pasakykite, kad girdėdami apie save gerus dalykus, žmonės pražysta kaip gėlės. Paskatinkite mokinius būti mandagius ir geranoriškus vienas kito atžvilgiu ir atsakingai rinktis žodžius, kuriais bendraujame su aplinkiniais.</p>



Pavadinimas: Laimingos rankos	
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šios užduoties tikslas – padėti dalyviams geriau suprasti, kad visi ir kiekvienas turi gerų bruožų, nepaisant to, kiek kiti, atrodytų, skiriasi nuo mūsų pačių. Veiklų metu mokiniams bus sudarytos galimybės tyrinėti savo teigiamus bruožus ir suprasti, kad jie gali turėti bendrų savybių su tais žmonėmis, su kuriais dar nepalaiko santykių. Juo labiau, veiklos padės mokiniams geriau suprasti, ką jie mėgsta/myli ir kokius savo asmeninius įgūdžius galėtų panaudoti tam, kad prisidėtų prie kitų gerovės. Veikla „Laimingos rankos“ sukuria pozityvią palaikančią atmosferą, kurioje mokinių prašoma atrasti teigiamų bendraklasių savybių.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Meilė“</b></li> <li>• Pagarba</li> <li>• Meilė</li> <li>• Empatija</li> <li>• Savivoka</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pieštukai</li> <li>• Ilgas popieriaus lapas (rankai apsibrėžti)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Mokytojui būtina įsitraukti į šį užsiėmimą, kad būtų tikras, jog VISI komentarai bus POZITYVŪS. Mokytojas bus paskutinis asmuo, užrašęs komentarą ant „rankos“.</p> <p><b><u>Pirmas žingsnis:</u></b> Kiekvienam dalyviui duokite ilgą popieriaus lapą kartu su kitomis priemonėmis ir paprašykite apvesti ir iškirpti savo ranką iki alkūnės. Mokiniams pabaigus, paprašykite jų užsirašyti savo vardą ir persiųsti „ranką“ mokiniui šalia. Šis turi ant jos užrašyti pozityvų komentarą. Komentarai gali būti apie tai, kuo jiems bendraklasis patinka, kažkas, kuo jame žavisi, ar kažkas,</p>

	<p>ką jis/ji pozityvaus pasakė ar padarė. Tada mokinys gali sulenkti „ranką“ ir perduoti ją kitam šalia esančiam mokiniui. Visi dalyviai siunčia savo iškirptas rankų kopijas kitiems vaikams. Mokytojas, pirma pasitikrinęs, ar visi parašyti komentarai pozityvūs, komentuoja paskutinis. Rezultatas – kiekvienas vaikas turi savo „ranką“ su pozityviais komentarais ir pats kitiems yra parašęs daug gerų komentarų.</p> <p><u>Antras žingsnis:</u> Padiskutuokite, kaip jie, naudodamiesi pratimo metu įgyta patirtimi, gali prisidėti prie geresnio pasaulio kūrimo.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Paklauskite dalyvių, kaip jie jautėsi veiklose, ir leiskite jiems įvertinti visą patyrimą. Galite naudoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ko išmokote apie save per šią užduotį?</li> <li>- Kaip jautėtės skaitydami, ką klasės draugai apie jus parašė?</li> <li>- Kaip jautėtės rašydami klasės draugams kažką gero?</li> <li>- Ar manote, kad kažką, ko išmokote iš šių pratimų, galite pritaikyti kasdieniame gyvenime?</li> </ul> <p>Pakalbėkite apie tai, kaip šios veiklos susijusios su pirmuoju įspūdžiu apie žmogų, kai vertiname jį paviršutiniškai, nebandydami pirmiausia jį pažinti ir/ar jautriai suprasti jo padėtį ir/ar tapatybę. Pabrėžkite, kad nors žmonės gali atrodyti kitokie nei mes patys, visi turime pozityvių bruožų ir gebėjimą mylėti, gerbti ir prisidėti prie didesnio bendro gėrio.</p>

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Stebuklingas arbatinukas</b>
<b>Trukmė:</b>	30 – 45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Ši veikla rekomenduojama aptariant patirtį, kurią dalyviai neseniai įgijo ankstesnėse veiklose – ji padeda įtvirtinti bendradarbiavimo dvasią. Mokytojas turi galimybę padėti dalyviams susisiekti per asmenines patirtis, veiklas ir nuostatas. Negana to, ši veikla padės mokytojui įtvirtinti bet kokius įgūdžius ar nuostatas, kurias, kaip jis tikisi mokiniai pritaikys už veiklos ar mokymų ribų.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Pilietiškumas“</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Įvairovė</li> <li>• Kūrybiškumas</li> <li>• Sąžiningumas</li> <li>• Savivoka</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbatinukas</li> <li>• Mažos kortelės ar lapeliai su užrašytais įvairiais įgūdžiais (vertybėmis, pozityviais bruožais, gabumais...)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia, paprašykite dalyvių susėsti į glaudų ratelį. Pasakykite, kad jūs laikote „magišką arbatinuką“, kuris pripildytas įvairių įrankių ir įgūdžių, kuriuos paliko šiuose mokymuose anksčiau dalyvavę žmonės. Apsimeskite, kad nukeliate arbatinuką nuo aukštos lentynos taip, lyg jis būtų ten paliktas ankstesnių mokymų dalyvių. Paaiškinkite, kad magiškas arbatinukas bus siunčiamas ratu ir kiekvienas dalyvis turėtų iš jo kažką (įgūdį ar vertybę) „paimti“ ir kažką (asmeninę stiprybę ar nuostatą, kuri gali padėti ateities dalyviams) „palikti“.</p>

	<p>Pradėkite veiklą nuo savęs, o paskui siųskite arbatinuką šalia sėdinčiam dalyviui. Pavyzdžiui, galite sakyti „pasiimu iš arbatinuko kantrybės įgūdį ir palieku darbo komandoje įgūdį“.</p> <p>Kad ši veikla taptų ugdomąja, vaizduotė labai svarbi, todėl nebijokite improvizuoti. Galite papasakoti pavyzdžius ir ankstesnių dalyvių istorijas apie tai, ką jie paliko arbatinuke. Elkitės su arbatinuku švelniai ir pagarbiai, skatindami ir kitus elgtis taip pat, lyg arbatinukas būtų labai vertingas ir svarbus.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paklauskite dalyvių, kaip jie jautėsi pratimo metu, ir aptarkite jų patyrimą. Galite naudotis klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ką sužinojai apie save pratimo metu?</li> <li>- Kaip jauteisi skaitydamas, ką klasės draugai parašė apie save?</li> <li>- Kaip jauteisi sakydamas klasės draugams kažką gero?</li> <li>- Ar gali kažką pritaikyti gyvenime?</li> </ul> <p>Pakalbėkite apie tai, kaip šis užsiėmimas gali prisidėti prie didesnio gėrio, ir apie trokšamas ir vertingas savybes, kurių kiekvienas mūsų turime nepriklausomai nuo lyties. Taip pat pridurkite, jog svarbu dalytis šiomis dovanomis ir gebėjimais su kitais grupės draugais taip skatinant bendradarbiavimą.</p>

### Šaltinio nuoroda:

Peace First – Youth Led Peace-making Projects

Paimta iš: <https://www.peacefirst.org/>

<b>Pavadinimas:</b>		<b>Rūpestingumo atvirukai</b>
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.	
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Galima pritaikyti įvairaus amžiaus vaikams)	
<b>Tikslai:</b>	<p>Ši veikla sukurta paskatinti dalyvius nuodugniai apmąstyti tai, kad daugybė žmonių kuria bendruomenę (mokyklą, bažnyčią, regioną, miestą...) tam, kad tai būtų graži ir visiems jos nariams saugi vieta. Yra žmonių, prie kurių mes esame tiek pripratę, kad nė nepastebime, kaip jie stengiasi, kad viskas vyktų sklandžiai. Be to, su dalyviais bus diskutuojama, kaip svarbu kiekvienam jaustis įvertintam už savo sunkų darbą ar kitokį indėlį ir kodėl įvertinimas laikomas meile ir gerumu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Pilietiškumas“</b></li> <li>• Meilė</li> <li>• Empatija</li> <li>• Pilietiškumas</li> <li>• Atsakomybė</li> </ul>	
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rašikliai/pieštukai</li> <li>• Popierius</li> <li>• Kreidelės ir/ar spalvoti pieštukai ir/ar spalvoti žymikliai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p><b><u>Mokyklos bendruomenė:</u></b> Paraginkite dalyvius parašyti atviruką/žodžius, kuriais padėkotų ir pradžiugintų asmenį iš mokyklos, pavyzdžiui, mokytojus, vadovą, valgyklos ar administracijos darbuotojus, autobuso vairuotoją. Suderinkite su mokinių auklėtoja (ar mokytoju), kad jie šiuos atvirukus asmeniškai nuneštų pasirinktam žmogui.</p> <p><b><u>Vietos bendruomenė:</u></b> Paraginkite mokinius sukurti atvirukus iš vietinės bendruomenės žmonėms. Tai gali būti ugniagesiai ar policijos darbuotojai, kariai, senjorai, vaikai ligoninėse, šeimos benamių prieglaudose, pabėgėlių</p>	

	šeimoms ir t. t. Susitarkite su atsakingais asmenimis dėl atvirukų pristatymo adresatams.
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Paprašykite dalyvių, kad patys pasirinktų, kam nori siųsti atviruką (komandai ar žmogui) ir kodėl. Paprašykite mokinių apmąstyti dėkingumo tam žmogui (žmonėms) jausmus ir pasidalyti jais. Galite panaudoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kodėl tau atrodo svarbu nusiųsti atviruką tam žmogui/žmonių grupei?</li> <li>- Kaip jaustumėsi, jei pats gautum tokį atviruką?</li> </ul> <p>Šio užsiėmimo tikslas – padėti dalyviams geriau suvokti, kaip aplinkiniai žmonės veikia mūsų realybę. Svarbu suvokti, kad kiekvienas žmogus stengiasi geriausiai daryti tai, ką daro, ir kad tai turi įtakos aplinkiniams. Iš to kyla mūsų atsakomybė taip pat daryti geriausiai tai, ką darome, ir kiek įmanoma dažniau parodyti dėkingumą kitiems, nes kiekvienas kasdien kovoja su savimi stengdamasis tapti geriausia savo versija.</p>

**Šaltinio nuoroda:**

<http://schools.cms.k12.nc.us/beverlywoodsES/PublishingImages/CaringDecember.pdf>

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Sąžiningas elgesys</b>
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Galima pritaikyti įvairaus amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	Šis pratimas turėtų padėti dalyviams geriau įsisąmoninti sąvokos „sąžiningumas“ reikšmę ir suvokti, kaip galime prisidėti prie sąžiningos ir lygių galimybių aplinkos kūrimo. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Pilietiškumas“</b></li> <li>• Teisingumas</li> <li>• Sąžiningumas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Atsakomybė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maišelis su saldainiais, kramtoma guma, obuoliais ar migdolais (turėkite alternatyvų, jei atsirastų alergiškų dalyvių)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Atsineškite maišelį su saldainiais, kuriame saldainių mažiau nei grupės dalyvių. Pasiųskite maišelį ratu ir pasakykite dalyviams, kad jie gali pasiimti tik po vieną saldainį. Kai dalyviai supras, kad situacija nėra teisinga, nes saldainių trūksta, aptarkite šiuos klausimus:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kaip jaučiasi tie dalyviai, kurie negavo saldainio?</li> <li>2. Kaip jaučiasi tie, kurie saldainį gavo?</li> <li>3. Koks būtų teisingas situacijos sprendimas?</li> <li>4. Ar galite pagalvoti apie situacijas, kai žmonės jaučiasi palikti nuošalėje ar išstumti iš grupės?</li> </ol>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	Po pratimo paprašykite dalyvių pasidalyti jausmais: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaip jautėtės?</li> <li>- Kaip panaudoti šį pavyzdį realaus gyvenimo situacijose?</li> </ul>



- Ar manote/jaučiate, kad kai kažkas neteisingo nutinka kitam žmogui, atsakomybę turime pasidalyti mes visi?

Naudodami paprastą pavyzdį, kai į grupę neįtraukiami keli žmonės, ne taip kaip kiti grupės nariai neturintys galimybės paragauti skanėsto, galėsite įvardyti ir aptarti dviejų grupių jausmus – tų, kurie gavo skanėstus, ir tų, kurie negavo. Abi situacijos ir kylantys jausmai gali būti nemalonūs, todėl labai svarbu moderuoti pokalbį taip, kad dalyviai išvengtų, kaip gali jaustis išstumtas iš grupės ir/ar marginalizuojamas žmogus. Dar daugiau, dalyviams lengviau suprasti, kad mes visi dalijamės atsakomybę už tai, taikstomės su kitų žmonių ar mūsų pačių atžvilgiu nesąžiningu elgesiu ar pasipriešiname jam.

### Šaltinio nuoroda:

Paimta iš: <http://schools.cms.k12.nc.us/beverlywoodsES/Documents/Janjustice.pdf>

Pavadinimas:	Pabaik sakinius
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis pratimas skatina kiekvieną dalyvį jaustis komandos dalimi, pagerinti komandos dvasių ir sudaro sąlygas drovesniems ar ne itin kalbiems dalyviams išreikšti savo dėkingumą kitiems.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Meilė“</b></li> <li>• Gerumas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Dėkingumas</li> <li>• Įtraukimas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalomoji medžiaga su 7 sakinių pradžiomis</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Vedėjui būtina įsitraukti į šį užsiėmimą – jis turi įsitikinti, kad visi komentarai bus POZITYVŪS. Todėl visi baigti pildyti lapai turi patekti mokytojui į rankas.</p> <p><b><u>Pirmas žingsnis:</u></b> Išdalykite dalomąją medžiagą ir paprašykite, kad dalyvis lapo viršuje užrašytų tik savo vardą. Surinkite dalomąją medžiagą ir padalykite ją vėl, tik atsitiktine tvarka. Įsitinkite, kad visi dalyviai gavo ne savo lapą. Jie gali užpildyti tik vieną arba, jei turi daugiau gerų dalykų pasakyti apie konkretų mokinį, kelias sakinio linijas.</p> <p><b><u>Antras žingsnis:</u></b> Po kelių minučių paprašykite, kad mokiniai perduotų lapus kitiems (tik ne lapo savininkui). Padrąsinkite juos, kad užbaigtų bet kurį sakinį, kurį norisi, nesvarbu, ar prieš tai pildęs mokinsys jį užbaigė, ar ne. Po kelių ratų gražinkite lapus savininkams ir leiskite jiems paskaityti visus gražius dalykus, kuriuos kiti mokiniai apie juos surašė.</p>

**Vertinimas ir  
refleksija**

Paprašykite, kad norintieji pasidalytų vienu ar keliais pozityviais dalykais, užrašytais jų lape. Tiek skaitantysis, tiek įrašo autorius jausis gerai – tokiu būdu paskatinsite visus dažniau išreikšti dėkingumą kitiems. Ši veikla skatina dalyvius pasistengti pastebėti ir įvertinti tai, kuo jie žavisi kituose, net jei jie nėra artimi ar neatrodo kažkuo panašūs.

**Šaltinio nuoroda:**

Paimta iš: <https://www.edutopia.org/blog/kindness-lesson-plan-rebecca-alber>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Pabaik sakinius

**Vykdydami šią užduotį mes galime bendradarbiauti, nes...**

---

---

**Manau, kad šis tavo bruožas \_\_\_\_\_ praturtina mūsų grupę, nes...**

---

---

**Bendri mūsų bruožai yra...**

---

---

---

**Tavo įgūdžiai \_\_\_\_\_ gali būti naudingi padedant kitiems, nes...**

---

---

---

**Jei žaistume žaidimą \_\_\_\_\_ tu būtum puikus (pozicijos pavadinimas) \_\_\_\_\_, nes...**

---

---

## Užsiėmimai 10–12 metų vaikams

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Žmogiškasis bingo</b>
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Galima pritaikyti ir kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šį pratimą patartina palikti mokymų „pabaigtuvėms“ arba atlikti mokymams artėjant prie pabaigos. Jis padės dalyviams geriau prisiminti kitų dalyvių vardus, išvelgti visiems bendrus asmenybės bruožus arba naujus bruožus, kuriais dalyvis prisideda prie komandinio darbo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Meilė“</b></li> <li>• Bendravimas</li> <li>• Komandinis darbas</li> <li>• Taika</li> <li>• Įvairovės priėmimas</li> <li>• Skirtumų ir panašumų atpažinimas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rašymo priemonės (rašikliai/pieštukai)</li> <li>• Bingo lapai (Priede)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Išdalykite visiems „žmogiškojo bingo“ lapus (pavyzdys priede). Kiekviename langelyje įrašytas asmens bruožas ar aprašas to, kas jam būdinga. Pavyzdžiui, „mėgsta dainuoti“, „turi brolių“ ar „gimė tą patį mėnesį kaip aš“. Kai visi jau turi po bingo lapą, paskatinkite dalyvius pradėti mainus vienas su kitu ir pabandyti papildyti savo lapus parašais tų dalyvių, kuriems tinka langelyje įrašytas apibūdinimas.</p> <p><b>Yra tik viena taisyklė: niekas neturi pasirašyti daugiau nei viename langelyje kito žmogaus bingo lape.</b></p>

	<p>Paprašykite žaidėjo, kuris pirmasis užpildo lapą, atsisėsti ir palaukti, kol baigs pildyti kiti dalyviai arba kol pasibaigs laikas.</p> <p>Visiems baigus pildyti savo lapus arba pasibaigus laikui paprašykite dalyvių pasidalyti keliomis įžvalgomis, kurias sužinojo apie kitus dalyvius.</p> <p><u>Alternatyvus metodas:</u> parenkite naują bingo lapą, atspindintį grupės poreikius, pomėgius ar bendrus tikslus.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paklauskite dalyvių, kaip jie jaučiasi po pratimo. Galite naudotis žemiau esančiais klausimais</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kokių savybių/bruožų mažiausiai tikėjaisi iš konkretus dalyvio?</li> <li>- Ką sužinojai apie kitus dalyvius iš šio pratimo?</li> </ul> <p>Ši veikla skatina grupės darbą, efektyvią komunikaciją ir primena dalyviams, kaip svarbu skirti laiko tam, kad geriau pažintum aplinkinius žmones. Juo labiau, kad šis pratimas rodo, kaip smagu, kai kiti žmonės stengiasi atrasti tavo bruožus ir savybes. Tuo būdu šis pratimas skatina dalyvius priimti įvairovę su dėkingumu ir ieškoti bendrystės su žmonėmis, su kuriais iš pirmo žvilgsnio nėra nepagalvotum turintis panašumų.</p>

### Šaltinio nuoroda:

Paimta iš:

<http://schools.cms.k12.nc.us/beverlywoodsES/PublishingImages/CaringDecember.pdf>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## ŽMOGIŠKASIS BINGO

**Instrukcija:** Susirask žmogų, kuris atitinka žemiau pateiktus apibūdinimus. Paprašyk, kad tas žmogus pasirašytų konkrečiame jo savybes atitinkančiame langelyje. Vienas žmogus gali pasirašyti tik viename lapo langelyje. Atkreipkite dėmesį, kad langelio „TUŠČIAS“ pasirašinėti nereikia. Tai dovana žaidimo pradžiai.

B	I	N	G	O
Moka PLAUKTI _____	Mėgsta TRAŠKUČIUS _____	Valgo DARŽOVES _____	SPORTUOJA _____	Turi ŠUNĮ _____
Keliavo į UŽSIENĮ _____	Turi SESEĮ _____	Yra VIDURINIS VAIKAS _____	Turi ŠEIMOS NARĮ, gimusį KITOJE ŠALYJE _____	Mėgsta ŠOKOLADĄ _____
Moka ŠVILPTI _____	Augina GYVŪNĄ, NE KATĘ ar ŠUNĮ _____	<b>TUŠČIAS</b>	Moka VAŽIUOTI DVIRAČIU _____	Gimė TĄ PATĮ mėnesį kaip ir TU _____
Mėgsta GĖLES _____	Mėgsta PIEŠTI _____	Moka SKAITYTI _____	GREITAI bėga _____	Mėgsta LEDUS _____
Atlieka NAMŲ DARBUS _____	Mėgsta MATEMATIKĄ _____	Mėgstamiausia SPALVA yra ta pati, kaip TAVO _____	Ta pati AKIŲ SPALVA kaip TAVO _____	Turi BROLĮ _____



<b>Pavadinimas:</b>	<b>Pats sau herojus</b>
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Galima pritaikyti ir kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Užsiėmimas skatina dalyvius suprasti, kad visi turi būti gerbiami, nepriklausomai nuo lyties. Kiekvienas žmogus turi bruožų, kuriais galima žavėtis, ir galime daug išmokti, jei priimsime juos tokius, kokie jie yra, laikysime juos pavyzdžiu ten, kur jų elgesys ar nuostatos verti pagyrimo. Taip pat užsiėmimas paskatins dalyvius apmąstyti savo bruožus ir gebėjimus, kuriais jie galėtų prisidėti prie visuomeninio gėrio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Pagarba“</b></li> <li>• Meilė</li> <li>• Savigarba</li> <li>• Atsakomybė</li> <li>• Įvairovės priėmimas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pieštukai/rašikliai</li> <li>• Lipukai visiems mokiniams (vengti stereotipinių pagal lytis spalvų, pvz., mėlynių ir rausvų)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Inicijuokite diskusiją apie vertybes (galite naudotis literatūros apžvalga, pateikiama mokymų medžiagos pakete).</p> <p>Po to paprašykite mokinių apgalvoti ir aptarti savo pačių herojus/-es. Paprašykite ant lipukų surašyti savo herojų vardus, tuomet išsirinkti labiausiai patinkantį herojų/-ę ir sugalvoti tris jo/jos vertybes ar savybes, kurios juos žavi ar įkvėpia.</p>

**Vertinimas ir  
refleksija**

Vedėjas turėtų inicijuoti pokalbį, kuriuo mestų iššūkį tradiciniams lyčių stereotipams pabrėždamas, kad pirma įvardytos savybės ar vertybės neturi lyties – bet kas gali tapti herojumi ar heroje ir įkvėpti kitus savo geru pavyzdžiu. Svarbu susieti herojus/herojes su lyčių stereotipais ir pasikalbėti apie aktyvaus pilietiškumo sąvoką, pagarbą kitiems ir altruizmą. Paaiškinkite, kad visi herojai/-ės atspindi įvairias vertybes, kurias gali ugdytis bet kas, nepriklausomai nuo lyties.

**Šaltinio nuoroda:**

Pritaikyta iš: Co-Funded Erasmus + Programme of the European Union: Happiness, Optimism, Positivity and Ethos at Schools (HOPEs), (2016).

Pavadinimas: Meilė vienija	
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Galima pritaikyta įvairioms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas skatina dalyvius išreikšti giliausius savo jausmus ir ypač meilę aplinkiniams. Jis padrąsins dalyvius dažniau reikšti meilę ir ugdytis empatiją kitiems. Be to, jie išmoks būti labiau palaikantys, pagarbūs, rūpestingi kitiems, ugdysis atsakomybės ir pareigos jausmą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Meilė“</b></li> <li>• Pagarba</li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Atsakomybė</li> <li>• Pilietiškumas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priedas: Kas yra meilė? (Priede)</li> <li>• Pieštukai/rašikliai</li> <li>• Lenta</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Išdalykite mokiniams priedus ir paprašykite pagalvoti apie su meile susijusius žodžius, mintis, veiksmus ir skirtingas meilės rūšis. Leiskite jiems aptarti, kada jie jaučiasi mylimi ir kaip jie gali parodyti meilę kitiems žmonėms.</p> <p>Paaiškinkite jiems, kad egzistuoja skirtingos meilės rūšys ir meilės raiškos būdai – žodžiais, veiksmais, gestais ar elgesiu. Meilė gali būti: meilė sau, šeimos nariams, draugams, tarp partnerių, mylimam augintiniui ar kažkokiai veiklai.</p> <p>Vedėjas prašo dalyvių pasidalyti bent vienu punktu, kurį užrašė priede. Paprašykite dalyvių įvardyti, ar jie aptiko panašumų ar skirtumų tarp to, kaip meilės jausmus reiškia berniukai ir mergaitės.</p> <p>Inicijuokite kryptingą diskusiją pagal toliau pateiktus „Vertinimo ir aptarimo“ nurodymus.</p>

**Vertinimas ir  
refleksija**

Užsiėmimo pabaigoje mokiniai turėtų suprasti, kad meilė neturi lyties, kad egzistuoja skirtingos meilės rūšys, tačiau meilės jausmas yra vienas – universalus. Paaiškinkite mokiniams, kad kiekvienas žmogus, berniukas ir mergaitė, yra vertas meilės ir vienodų galimybių. Kad, pavyzdžiui, ir tarp pačių berniukų egzistuoja skirtumai ir kad jų meilė labai panaši į mergaičių. Tas pat pasakytina ir apie mergaites.

Galite diskusijai panaudoti šiuos klausimus:

- Ar jautiesi nustebęs, jei berniukas išreiškia meilę stipriau nei tikėtumeisi lygindamas su tuo, kaip tokioje situacijoje reikėtų meilę mergaitė?
- Kas nutiktų, jei berniukui ar mergaitei patiktų kažkoks konkretus dalykas, tema ar veikla, kuri pagal paplitusį stereotipą labiau tinkama kitai lyčiai? (galite nurodyti baleto, futbolo, žaidimo su sunkvežimiais, mados pavyzdžius).
- Ar egzistuoja būdai, kuriais meilę gali reikšti viena lytis, bet negali kita? Jei taip, kodėl taip yra? Kuo vieni ar kiti būdai nepriimtini kuriai nors lyčiai?

Paskatinkite mokinius kritiškai apmąstyti su meile susijusius skirtingus stereotipus ir bandykite paaiškinti, kad tie stereotipai susiję su konkrečia visuomene ir ilgainiui keičiasi. Priminkite, kad buvo laikai, kai moterys neturėjo teisės balsuoti, joms buvo neįprasta dalyvauti sporto varžybose, nes varžybos buvo laikomos vyrų reikalu, ir kad kai kuriose šalyse mergaitėms netgi buvo draudžiama lankyti mokyklą. Taip pat kad kitados vyrams buvo draudžiami buities darbai.

**Šaltinių nuorodos:**

Pritaikyta iš: Co-Funded Erasmus + Programme of the European Union: Happiness, Optimism, Positivity and Ethos at Schools (HOPEs), (2016).

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Meilė vienija



Pavadinimas: Pagarbos receptas	
<b>Trukmė:</b>	30–45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Galima pritaikyti kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės dalyviams tapti pagarbesniems vienas kito atžvilgiu ir įgalins juos branginti ir kurti taikingą aplinką, kurioje kiekvienas gali augti ir vystyti savo potencialą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Taika“</b></li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Harmonija</li> <li>• Atsakomybė</li> <li>• Pilietiškumas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puodas</li> <li>• Įvairių spalvų lapelius</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Užsiėmimo pradžioje paklauskite mokinių apie pagarbą (pvz., kas yra pagarbą?), tada padėkite jiems atpažinti pagarbų elgesį. Po to galite jų paprašyti pateikti sąvokos „pagarba“ sinonimų.</p> <p>Išdalykite jiems lapelius ir paaiškinkite, kad jums reikės jų pagalbos gaminant „pagarbą pagal receptą“. Paprašykite jų, kad surašytų skirtingus pavyzdžius, kaip jie gali parodyti pagarbą vienas kitam.</p> <p>Tuomet paprašykite, kad mokiniai sudėtų lipukus („pagarbos patiekalo“ ingredientus) į puodą. Po to mokiniai vienas paskui kitą traukia lapelius iš puodo ir perskaito, kas parašyta, visai klasei. Paskatinkite mokinius diskutuoti.</p>

**Vertinimas ir  
refleksija**

Vedėjas turėtų inicijuoti kryptingą diskusiją apie pagarbą ir lytį. Galima naudoti šiuos klausimus:

- Kaip rodome pagarbą tiems, kurie skiriasi nuo mūsų (amžiumi, lytimi, pomėgiais)?
  - Ar yra skirtumas, kaip parodyti pagarbą berniukams ir mergaitėms?
- Diskusija turėtų apimti ir sąvokų „sutikimas“, „pritarimas“, „leidimas“ aptarimą:
- Iš ko sprendžiame, kad kažkas dėl konkretaus elgesio ar komentaro pasijuto (ne)gerbiamas?
  - Kaip galime kažkam padėti pasijusti priimtam ir įtrauktam?



<b>Pavadinimas:</b>	Tina ir visi kiti
<b>Trukmė:</b>	30 – 45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Po užsiėmimo dalyviai geriau supras pagarbos ir bendradarbiavimo vertybes bei susies pagarbą ir bendradarbiavimą su įtraukios, draugiškos ir nekonfliktiškos aplinkos kūrimu – aplinkos, kurioje kiekvienas gali jaustis laisvai ir atskleisti savo asmeninį potencialą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Ramybė“</b></li> <li>• Pagarba</li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Priėmimas</li> <li>• Empatija</li> <li>• Harmonija</li> <li>• Atsakomybė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priedas „Tina ir visi kiti“</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Išdalykite Priedą – po vieną kiekvienam mokiniui. Jei grupėje yra mokinė vardu Tina, derėtų pakeisti veikėjos vardą.</p> <p>Pradžioje padėkite mokiniams po „minčių lietaus“ pradėti diskusiją apie pagarbą ir bendradarbiavimą. „Minčių lietaus“ gali apimti tokias temas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kas yra pagarbą?</li> <li>2. Kas yra bendradarbiavimas?</li> <li>3. Kas galite nurodyti pagarbos ir bendradarbiavimo pavyzdžių?</li> <li>4. Kodėl mums svarbu būti pagarbiems ir bendradarbiauti su kitais?</li> </ol> <p>Tada derėtų pradėti kryptingą diskusiją apie pagarbą ir lytį. Galite naudotis šiais pavyzdiniais klausimais:</p>

- Kaip rodome pagarbą tiems, kurie nuo mūsų skiriasi (skirtingo amžiaus, lyties, skirtingų pomėgių)?
- Ar yra skirtumas, kaip rodome pagarbą berniukams ir mergaitėms?

Taip pat į diskusiją reikia įtraukti klausimus apie sutikimą:

- Kaip jaučiamės, kai kažkas pasijuto (ne)gerbiamas dėl konkretaus elgesio ar komentaro?
- Kaip galime kažkam padėti pasijusti priimtam ir įtrauktam?
- Kokių problemų ar sunkumų gali kelti pagarbos trūkumas?
- Kokių problemų ar sunkumų gali kelti bendradarbiavimo trūkumas?
- Gal galite pateikti nepagarbaus elgesio pavyzdžių?
- Gal galite pateikti nesėkmingo bendradarbiavimo pavyzdžių?

Po „minčių lietaus“ ir kryptingos diskusijos vedėjas gali paskirstyti mokinius į grupes (priklausomai nuo klasės dydžio, į 2–4 mažesnes) arba gali paprašyti mokinių savarankiškai perskaityti Tinos istoriją.

Duokite mokiniams kelias minutes perskaityti ir inicijuokite diskusiją. Labai svarbu, kad vedėjas diskusiją sietų su pagarbos, bendradarbiavimo ir įvairovės vertybėmis bei skatintų kritiškai įvertinti skirtingus stereotipus, kurie trukdo žmonėms vienas su kitu elgtis lygiavertiškai.

Rekomenduojame paskatinti mokinius diskutuoti šiomis temomis:

1. Pagalvokite apie Tiną ir jos kasdienes mokyklos rūpesčius – kaip ji jaučiasi?
2. Pagalvokite apie Tinos bendraklasius – ką jie gali galvoti apie Tiną ir kaip jie jaučiasi?
3. Ką gali nuveikti kiti, kad padėtų Tinai susirasti naujų draugų?
4. Ką vadovaudamiesi pagarbos ir bendradarbiavimo vertybėmis gali padaryti Tinos bendraklasiai, kad padėtų Tinai pritapti ir susirasti naujų draugų?
5. Jei berniukas būtų vienintelis berniukas klasėje, kaip jis galėtų jaustis? Ar jam būtų lengva ar sudėtinga?

	<p>6. Pasidalykite idėjomis ir pasiūlymais, kaip mes galime paskatinti bendradarbiavimą ir pagarbą tarp berniukų ir mergaičių.</p> <p>Paprašykite mokinių sukurti trumpus vaidinimus pagal šią istoriją. Leiskite jiems pakeisti istorijos pabaigą arba taip sudėlioti istoriją, kad ji pasisuktų laimingos pabaigos link.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Po to, kai mokiniai suvaidina, vedėjas pakviečia dalyvius apmąstyti ir suvokti gautą informaciją apie tai, ką reiškia „įvairovė“. Derėtų pabrėžti, kad „įvairovė“ yra svarbi mūsų gyvenimo dalis, kurios negalime ignoruoti.</p> <p>Taip pat kritiškai įvertinkite ir permąstykite skirtingus lyčių stereotipus, religiją, rasę, socioekonominį statusą, lytį, kūno tipą, išvaizdą ir t. t. Pabrėžkite, kad be pagarbos ir bendradarbiavimo žmonėms būtų neįmanoma gyventi harmoningai bei tobulėti ir siekti asmeninės gerovės.</p>

Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.

## Tina ir visi kiti

„.... Tina – 10-metė mergaitė, ką tik persikrausčiusi į namą gatvės gale. Ji neseniai pradėjo lankyti penktą mokyklos klasę. Tina skiriasi nuo kitų mergaičių, skiriasi nuo kitų berniukų, tačiau ji išties simpatiška. Namuose ji daug laiko leidžia žaisdama krepšinį ir tris kartus per savaitę lanko krepšinio treniruotes kartu su kitomis mergaitėmis ir berniukais. Jai išties patinka žaisti krepšinį. Žaisdama krepšinį ji jaučiasi stipri ir laisva. Kartais prieš eidama gulti ji stebi krepšinio rungtynes. Deja, lankydamą naująją mokyklą Tina nesijaučia tiek pat laiminga, kiek žaisdama krepšinį. Namie klausama, ar susirado naujų draugų, Tina dažniausiai nieko neatsako. Ji mano, kad nesusiranda naujų draugų dėl to, jog yra panaši ir į berniukus, ir į mergaites. Vienas bendraklasis nori prie jos priėti ir pakviesti žaisti krepšinį kartu, tačiau jis bijo, kad kiti berniukai pradės tyčiotis iš jo, kad žaidžia krepšinį su mergaite ir kad ta mergaitė gali jį apžaisti...“

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Tai tik aš – labai nestandartinis</b>
<b>Trukmė:</b>	30 – 45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės mokiniams geriau suprasti sąvoką „autentiškumas“. Siekiant paneigti bet kokias stereotipines lyties charakteristikas, šis užsiėmimas leis mokiniams priimti vienas kitą ir ugdytis autentiškumo, priėmimo, įvairovės, teisingumo, altruizmo ir įtraukties savybes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pagrindinė moralinė vertybė: „Teisingumas“</b></li> <li>• Autentiškumas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Priėmimas</li> <li>• Įvairovė</li> <li>• Įtrauktis</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priedas</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pradėkite užsiėmimą pranešdami, kad visi kartu aptarsite kelias dviejų mokinių dienoraščių ištraukas. Labai svarbu, kad niekaip neprasitartumėte apie dienoraščius parašiusio mokinio lytį. Paprašykite mokinių perskaityti „Dienoraštis, antradienis, 18-a diena“ ir „Dienoraštis, penktadienis, 20-a diena“.</p> <p>Po to pradėkite diskusiją apie situaciją, kurioje atsidūrė veikėjai, bei apie jų jausmus. Keli klausimai gali padėti suteikti diskusijai kryptį:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vadovaudamiesi pirmuoju dienoraščiu, pasidalykite mintimis apie situaciją, kurioje atsidūrė mokinys.</li> <li>2. Vadovaudamiesi pirmuoju dienoraščiu, pasidalykite mintimis, kaip mokinys jaučiasi?</li> <li>3. Vadovaudamiesi antruoju dienoraščiu, pasidalykite mintimis, kokioje situacijoje atsidūrė mokinys?</li> </ol>

	<p>4. Vadovaudamiesi antruoju dienoraščiu, pasidalykite mintimis, kaip mokinsys jaučiasi?</p> <p>Paprašykite mokinius įsivaizduoti, kad šiuos dienoraščius parašę mokiniai ateina pas juos patarimų dėl patiriamų sunkumų bei iššūkių. Pamažtykite apie šiuos klausimus:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ką pasakytumėte tiems mokiniams vadovaudamiesi teisingumu kaip vertybe?</li> <li>2. Kaip kiti mokiniai turėtų su šiais mokiniiais elgtis vadovaudamiesi teisingumo ir pagarbos vertybėmis?</li> <li>3. Ar kiti žmonės atsakingi už šiuos mokinius? Jei taip, kokia ta atsakomybė?</li> </ol>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Vertinimo metu vedėjas turėtų inicijuoti diskusiją apie dviejų pirma paminėtų mokinių lytį. Jau dabar mokiniai gali domėtis šių mokinių vardais ar lytimi. Vedėjas gali paklausti dalyvių, ar svarbu ir kodėl svarbu sužinoti tų mokinių vardus ir lytį?</p> <p>Taip pat derėtų paaiškinti mokiniams, kad, nepaisant lyties, visi mes turime teisę būti savimi, su mumis turi būti elgiama lygiavertiškai, sudarant lygias galimybes namuose, mokyklose, laisvalaikio metu ir t. t. Taip pat jog mes visi esame atsakingi skleisti šią lygybės žinią ir vertybes, kad kiti mus matytų kaip pavyzdį, kaip lygiavertiškai ir pagarbiai reikia elgtis su visais.</p>

**Šio užsiėmimo priedai pateikti kitame puslapyje.**

## Mokinio mintys ir jausmai

„Šiandien vėl susidūriau su tuo pačiu dalyku...“

„Kartais jaučiuosi vienišas ir išsigandęs“

„Manau, man gali prireikti žmogaus, su kuriuo galėčiau pakalbėti...“

„Nesuprantu, kodėl jie taip elgiasi... aš kitoks... bet vis viena esu gražus žmogus“

„Jie visi apstojo mane ir sakė man įvairius dalykus... gal man kažką reikėtų daryti... į ką galėčiau kreiptis, kad sulaukčiau paramos?“

„Ar blogai, jei man patinka kitokie dalykai negu kitiems vaikams iš mano klasės...“



## Dienoraštis: antradienis, 18-a diena; penktadienis, 20-a diena

Brangus dienorašti,

Antradienis, 18-a diena,

.... Vėl tokia pati sudėtinga diena... Vėl ir vėl... Norėjau žaisti, kaip man patinka, bet negalėjau, norėjau kalbėtis su žmonėmis taip, kaip noriu, bet negalėjau... Noriu tik būti savimi... kodėl žmonės negali suprasti manęs... aš kaip visi... Kas bloga, jei mėgstu žaisti ir kalbėtis daugiausia su mergaitėmis ir ne taip dažnai su berniukais... kas bloga, jei man nepatinka matematika, bet mėgstu literatūrą ir kalbas...

Brangus dienorašti,

Penktadienis, 20-a diena,

... Ar būtina visiems aiškinti, kodėl noriu lankyti karatė ir kodėl man labai patinka futbolas... Žmonės manęs nemato to, koks esu žmogus, ir tikisi iš manęs kitko... Aš turiu stiprybės, ryžto ir galiu vienodai gerai varžytis įvairiose sporto šakose, o žmonės dėl to būna labai nustebę...

## Atsparumas

### Literatūros apžvalga

Smurtas lyties pagrindu vis dažniau pripažįstamas kaip rimta visuomenės sveikatos problema, turinti skaudžių pasekmių (Williams et al., 2014). Neseniai atlikti ugdymo aplinkų tyrimai rodo, kad viena iš trijų merginų ir vienas iš penkių vaikinų (12–18 metų) prisipažįsta tapę seksualinio pobūdžio priekabių, apie 10 proc. – seksualinio nusikaltimo aukomis (Clear et al., 2014). Svarbu pažymėti, kad individualūs rizikos veiksniai, skatinantys smurtą lyties pagrindu, yra prievartos ir nepriežiūros vaikystėje patyrimas, pačių smurtautojų patirtas smurtas, išgyventa seksualinė prievarta ir piktnaudžiavimas narkotikais bei alkoholiu. Tikimybė, kad asmuo patirs smurtą lyties pagrindu, didėja ir tuo atveju, jei asmuo turi netinkamo elgesio ir smurto patirtį, yra menkų socialinių kompetencijų bei konfliktų valdymo įgūdžių, priešiška nusiteikęs prieš kitos lyties atstovus, sunkiai atlaiko bendraamžių spaudimą ir neturi pakankamai teigiamų socialinių ryšių. Platesniu bendruomenės lygiu tradicinės palaikančios smurtą lyčių ir socialinės normos (pvz., kai vyrai laikomi pranašesniais ar aukštesnio statuso; vyrų besąlyginių seksualinių teisių ideologija), taip pat kaip pažeidžiamumas ir nelygybė, yra siejamos su smurto lyties pagrindu paplitimu (Wells et al., 2012).

### Atsparumas – apibrėžtis ir apžvalga

Svarbu tai, kad tyrimai, aptariantys su smurtu lyties pagrindu susijusius rizikos veiksnius, rodo, jog jaunų mokinių atsparumas gali būti svarbus kintamas veiksnys, kuris, viena vertus, gali padėti sušvelninti neigiamą patiriamo smurto lyties pagrindu poveikį, kita vertus, užbėgti jam už akių (Foshee et al., 2016). Būtina pastebėti, kad pastaruoju metu itin daug dėmesio skiriama atsparumui, laikomam optimalių vaiko vystymosi pasekmių užtikrinimo aspektu (World Health Organisation, 2018). Atsparumas suprantamas kaip gebėjimas atsitiesti po sunkių gyvenimo įvykių ir kaip pagrindas užtikrinant vaikų funkcionavimą ir gerovę, ypač tų vaikų, kurie turi neigiamų patirčių ir/ar išgyveno traumą. Viena iš atsparumo apibrėžčių – „sėkmingo prisitaikymo procesas neigiamo patyrimo, traumos, tragedijos ar reikšmingo streso akivaizdoje“ (Amerikos

Psichologų Asociacija, 2014). Tokiu būdu atsparumas sietinas su gebėjimu įveikti sudėtingas aplinkybes siekiant pozityvių pasekmių, nepaisant trauminių įvykių ir išvengiant neigiamų galimų situacijų, susijusių su aplinkoje patiriamomis rizikomis (Masten, 2014). Vienas pamatinių atsparumo polių yra apsauginiai veiksniai, skatinantys teigiamas ir sumažinantys neigiamas pasekmes (Fergus & Zimmerman, 2005). Atsparumo teorija pabrėžia ne trūkumus, bet stiprybes; ji sutelkta į sveikos raidos ir teigiamų pasekmių, o ne egzistuojančių rizikų supratimą.

Atsparumas yra kompleksiškas, jį apibrėžia daug **individualių** (tiek biologinių, tiek psichologinių) ir socialinių bei kultūrinių veiksnių, kurie sąveikauja vienas su kitu ir turi įtakos mūsų reakcijoms sudėtingose gyvenimo situacijose (Masten, 2014). **Asmeninės savybės**, padedančios jauniems žmonėms įgyti atsparumą stresui, apima socialines ir emocines kompetencijas, saviveiksmingumo suvokimą ir teigiamas nuostatas (Shatté, Pulla, Shatté, & Warren, 2012). Taip pat svarbūs ir socialiniai procesai, tokie, kaip sąveikos su kitais žmonėmis. Kuo toliau, tuo dažniau į atsparumą žvelgiama ekologiniu ar socialiniu aspektu (Masten, 2014; Ungar, 2011). Remiantis šiuo požiūriu, svarbu, kaip vaikai sąveikauja su savo aplinka ir kaip sistemos, struktūros ir paslaugos veikia skatindamos pozityvią vaiko raidą (Kassis et al., 2013; Ungar et al., 2017). Tai reiškia, kad atsparumas gali būti apibrėžiamas kaip dinamiškas konstruktas, turintis atspindėti kelis esminius aplinkos išteklius, tokius kaip švietimo prieinamumas, paramos tinklas ir **asmeninio efektyvumo** bei savigarbos jausmas, taipogi socialinio teisingumo ir santykio su kitais pajauta. Šie ištekliai mokyklos aplinkoje gali būti panaudojami vaiko atsparumui ugdyti, taigi ir jo paties gerovei (Southwick et al., 2014).

### Atsparumas ir vaiko gerovė

Vaikų ir jaunuolių psichinė sveikata – prioritetinis sveikatos klausimas, nes psichinės sveikatos sutrikimai yra pagrindinė negalios, disfunkcijos ar mirtingumo ankstyvame amžiuje priežastis (Hoare & Stanfield, 2010; Rosenberg, 2012). Socialinis, emocinis ir elgsenos sutrikimas vaikystėje turi neigiamą poveikį vaikų mokslui ir gali nulemti prastą įsitraukimą į ugdymo procesus, atitolimą nuo mokyklos, mokyklos nelankymą ir iškritimą iš švietimo sistemos ankstyvame amžiuje (Chan et al., 2017). Vaikai, turintys socialinį, emocinį ir elgsenos sutrikimą, dažniau patiria disfunkcinius šeimos santykius, turi daugiau neigiamų patirčių santykiuose su mokytojais ir bendraamžiais, be to, labiau linkę į prislėgtumo būseną ir žemą savivertę (Lorber & Egeland,

2011). Jei į sutrikimą nekreipiamas deramas dėmesys, šie sunkumai gali didinti antisocialaus ir smurtinio elgesio riziką, skatinti polinkį į nusikalstamumą, psichopatologiją, piktnaudžiavimą psichoaktyviosiomis medžiagomis, priklausomybę nuo socialinės paramos sistemos ir netinkamus tarpasmeninius santykius suaugus (Britto et al., 2017). Tokius iššūkius, su kuriais susiduria jauni žmonės, lemia įvairių rizikos veiksnių sąveika, tarp jų individualūs rizikos veiksniai (pvz., impulsyvumas, neigiamas temperamentas, pažintiniai sunkumai) ir aplinkos rizikos veiksniai, tokie kaip neigiamos socialinės sąlygos, ekonominis pažeidžiamumas, skurdžios gyvenimo sąlygos, smurto artimoje aplinkoje ar bendruomenėje patyrimas, diskriminacija ar netinkamas elgesys (Metzler et al., 2017).

Mokyklos kontekste su didėjančia rizika patirti elgsenos sutrikimus ir prasčiau mokytis siejami **prasti bendraamžių santykiai**, patyčios ir neigiamos mokytojo ir mokinio sąveikos (Lal et al. 2014). Nepaisant to, tyrimai rodo, kad vaikai, susiduriantys su didesniu rizikos veiksnių skaičiumi, taip pat gali turėti gerai išlavintą atsparumą stresoriams (Rutter et al., 2006). Atsparūs vaikai geriau funkcionuoja socialinėje ir mokyklinėje aplinkoje, dažniau prosocialiai elgiasi ir yra mažiau linkę patirti neigiamas nepalankių aplinkybių ar besitęsiančių sunkumų pasekmes (Bellis et al., 2018). Vaikų socialinės ir emocinės kompetencijos, jų įveikos ir problemų sprendimo įgūdžiai bei gebėjimai valdyti savo emocijas yra svarbūs apsauginiai veiksniai, susiję su geresniu vaikų socialiniu ir emociniu funkcionavimu, pozityvesniais santykiais su bendraamžiais ir geresniais mokslo rezultatais (Rutter et al., 2006). Pozityvios socialinės sąveikos taip pat leidžia prognozuoti, kaip psichologiškai ir elgesiu vaikas prisitaikys klasėje (Ungar, 2011). Svarbu pažymėti, kad tuos vaikus, kuriems ilgainiui, nepaisant sunkumų, ima sektis, dažniausiai sieja bent vienu aspektu pozityvūs, palaikantys santykiai su tėvu/motina, globėju ar kitu suaugusiuoju (Hobcraft & Kiernan, 2010).

Šie **palaikantys santykiai** atlieka svarbų vaidmenį padėdami vaikams ugdytis adaptyvius socialinius ir emocinius įgūdžius, tuo pačiu tapdami tolesnio įgūdžių lavinimo ir pasiekimų pagrindu (Heckman, 2008). Užsiėmimai palaikančioje mokyklos aplinkoje, įskaitant palaikančias bendraamžių grupes ir teigiamus santykius su mokytoju, taip pat reikšmingai palengvina vaiko prisitaikymą, padeda jam ugdytis teigiamą savivoką ir maksimaliai realizuoti savąjį mokslo potencialą (Cleary et al., 2004; Southwick et al., 2014).

## Smurto lyties pagrindu ir jo negatyvių pasekmių prevencija – atsparumo stiprinimas

**Teigiamos ugdymosi aplinkos** sukūrimas švietimo įstaigoje gali stiprinti vaiko atsparumą. Atsparumo stiprinimas gali padėti užkirsti kelią netinkamam ir agresyviai elgesiui, o tuo pačiu užtikrinti patyčias, smurtą ar seksualinį priekabiavimą patiriančių vaikų sėkmingesnę emocinę bei socialinę funkcionavimą ir gerovę (Hjemdal et al., 2011; Raver et al., 2008). Atsparumui turi įtakos jaunų žmonių galimybės mokykloje prieiti prie tam tikrų (pagalbos) išteklių (Ungar et al., 2017). Kai kurie iš šių išteklių ir jų vaidmuo sprendžiant smurto lyties pagrindu problemą aprašyti žemiau:

### 1. Švietimo pagalbos prieinamumas:

Tyrimai rodo, kad kuo žemesnis išsilavinimo lygis, tuo didesnė rizika patirti seksualinį smurtą (World Health Organisation, 2013). Kita vertus, atsparumą gali stiprinti mokyklinių programų prieinamumas vaikams, ypač priklausantiems pažeidžiamiausioms grupėms (Tatlow-Golden et al., 2016). Svarbu, kad mokyklos sudaro vaikams ir jaunuoliams sąlygas susipažinti su skirtingomis nuomonėmis ir įgyti žinių už savo šeimos ribų (Motti-Stefanidi & Masten, 2013). Kaip rodo tyrimai, dalyvavimas seksualinio smurto prevencijos programose yra svarbus apsauginis veiksnys, sumažinantis tikimybę, kad vaikai patys taps seksualinio smurto aukomis ar smurtautojais (Wells et al., 2014). Visuotinių galimybių prieiti prie reikiamų švietimo išteklių sudarymas ir mokyklinės prevencinės programos gali padidinti atsparumą, ypač tarp pažeidžiamiausių grupių, ir tuo pačiu sustiprinti individų gebėjimus pasipriešinti seksualiniam smurtui (Russell, 2008).

### 2. Palaikantys santykiai:

Gebėjimas megzti ir palaikyti pasitikėjimo santykius su kitais nuosekliai įvardijamas kaip lemiamas veiksnys ugdant atsparumą (Kumpfer, 1999; Ungar, 2008). Iš tiesų, galima teigti, kad atsparumas kyla iš palaikančių tėvų, šeimos ir draugų santykių. Šie palaikantys santykiai susidūrus su stresu ar iššūkiu veikia kaip apsauga, tuo pačiu suteikdami pagrindą nuolatiniam socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymui(si) (Raver et al., 2008). Ugdymosi aplinkoje atsparumo jausmą lavina palaikantys mokytojo ir mokinio santykiai (Ungar et al., 2017). Tyrimai rodo, kad mokiniams, kurių santykiai su mokytojais palaikantys, dažniau būdinga gyvenimo prasmės

pajauta, didesnis savarankiškumas ir problemų sprendimo įgūdžiai, jie labiau įsitraukę į mokyklos veiklas, gauna aukštesnius įvertinimus ir įgyja geresnes socialines kompetencijas (Morrison & Allen, 2007; Sharkey et al., 2008). Ir priešingai: Pottinger ir Stair (2009) aptiko, kad Jamaikos imtyje negatyvūs mokinių ir mokytojų santykiai (apimantys gąsdinimą ir žodinį žeminimą) turėjo neigiamą poveikį mokinių atsparumui, ir nustatė padažnęjusį netinkamą elgesį. Panašiai Izraelyje žodinis mokytojo smurtas skatino mokinius atsiriboti nuo ugdomosi veiklų (Geiger, 2017). Ir atvirkščiai, mokyklose, kuriose personalo ir mokinių santykiai geri, mažiau mokinių agresijos. Kaip parodė ankstesni tyrimai, palaikantys mokytojų ir mokinių santykiai yra susiję su seksualinio priekabiavimo atvejų sumažėjimu mokyklose (Crowley et al., 2018).

### **3. Pozityvus asmeninis tapatumas bei galios ir kontrolės jausmas:**

Aukšti emocinės kančios rodikliai, žema savivertė siejami su aukštesniu smurto, patyčių ir seksualinio priekabiavimo lygiu tarp paauglių (Foshee et al., 2016). Atsparumo ugdymo požiūriu svarbu, kad žmogus pozityviai suvoktų save (savo tikslus, vertybes ir stiprybes) (Costigan et al., 2009; Evans et al., 2012; Kvarme et al., 2009; Kvarme et al., 2010). Ne vienas tarptautinis tyrimas atskleidė, kad tie mokiniai, kurių savivertė aukštesnė ir kurie puikiai įvaldę mokyklinės veiklos įgūdžius, labiau atsparūs ir jų raida sėkmingesnė nei tų mokinių, kurių savivertė žema (Cefai, 2007; Greene et al., 2004; Kumpulainen et al., 2016; Shek & Ma, 2012). Tai ypač pastebima tarp mokinių iš pažeidžiamų ar rizikos grupių (Carranza, 2007; Kidd & Davidson, 2007). Pavyzdžiui, benamiai ir išnaudojimą patyrę jaunuoliai, turintys gerą kontrolės jausmą, demonstruoja geresnes socialines kompetencijas ir geresnius gebėjimus susidoroti su nepalankiomis situacijomis ar iššūkiams (Cauce et al., 2003; Lin et al., 2004). Atsidūrę patyčių ar viktimizacijos situacijose mokyklos aplinkoje, mokiniai, kurių tapatumo jausmas stiprus ir pozityvus, taip pat demonstruoja geresnius įveikos gebėjimus. Stiprus tapatumo jausmas siejamas su geresniu savo asmeninių stiprybių, teisių ir gebėjimų pasipriešinti viktimizacijai įsisąmoninimu.

Aukštas saviveiksmingumas – svarbus apsaugos nuo seksualinių smurtinių nusikaltimų veiksnys, galintis sumažinti ar sušvelninti riziką patirti seksualinį smurtą (Wells et al., 2012). Viename tyrime apklausus iš nepalankios aplinkos kilusius Pietų Afrikos mokinius paaiškėjo, kad dalį jų atsparumo galima sieti su mokytojais, kurie skatino juos ugdytis savąjį ateities kontrolės jausmą (Theron & Theron, 2014). Sanders ir Munford (2016) tyrimu taip pat nustatyta, kad mokyklose



dirbantys profesionalai parėmė ir įgalino Naujosios Zelandijos jaunuolius, kurie stengėsi sumažinti jų gyvenime egzistuojančias rizikas, lavindami jų situacijos kontrolės jausmą. Pozityvios sąveikos su mokyklos aplinka gali atlikti svarbų vaidmenį ugdant jaunų žmonių saviveiksmingumą.

#### 4. Socialinio teisingumo patyrimas:

Atsparumo ugdymo požiūriu gali būti svarbu, kaip mokiniai suvokia diskriminaciją, prietarus ir susvetimėjimą. Aplinkoje, kurioje toleruojamos smurtą lyties pagrindu paremiančios nuostatos ar/ir kuri pakanti vyrų „nenuginčijamoms seksualinėms teisėms“, gali didėti seksualinio smurto rizika ir daugėti su lytimis susijusių prietarų bei stereotipų (World Health Organisation, 2010). Aplinka, kurioje priimtinas smurtas lyties pagrindu ir smurtas apskritai, gali neigiama linkme formuoti ir pastiprinti požiūrį į smurtą. Savo ruožtu, asmeninis pakantumą smurtui atspindintis požiūris skatinti asmens pažeidžiamumą seksualinio smurto situacijose. Mokyklos mikroklimatas, kuriame smurtas lyties pagrindu labiau toleruojamas, siejamas su prastesnėmis pasekmėmis mokiniams, pvz., emocinėmis ir psichologinėmis kančiomis, atsiribojimu nuo mokyklos ir mokyklos veiklų (Ormerod et al., 2008). Mokyklose, kuriose mokiniai suvokia smurtą kaip priimtina, yra daugiau seksualinio mokinių persekiojimo ir viktimizacijos atvejų (Crowley et al., 2018).

Nuo mokytojų ir mokyklų labai priklauso, kaip mokiniai patiria socialinį teisingumą. Neteisingi drausmės modeliai ir mokinių favoritų garbinimas siejamas su padidėjusiu elgesio sutrikimų lygiu klasėje ir su mažesniu pažangumo lygiu (Chin et al., 2013). Tinsley ir Spencer (2010) tyrimas nustatė, kad jaunų žmonių asmeninius lūkesčius veikia tai, kokius lūkesčius jų potencialios sėkmės atžvilgiu turi mokytojai, ir tai, kaip mokiniai suvokia jiems prieinamas ugdymosi galimybes ir savo gebėjimus pasiekti sėkmę. Berg ir Connell (2016) nustatė žemesnę viktimizacijos ir patyčių lygį tose mokyklose, kuriose mokytojai taikė tinkamas ir teisingas drausminimo strategijas, o palaikantys mokinio ir mokytojo santykiai taip pat buvo susieti su mažesne agresija ir didesniu saugumo jausmu mokyklose (Crowley et al., 2018). Apskritai, mokyklose, kurių mokiniai jaučia, kad mokyklos taisyklės, įskaitant ir susijusias su smurtu lyties pagrindu, yra teisingos ir greičiausiai neišvengiamos, netinkamo ir agresyvaus elgesio atvejų mažiau. Dar daugiau, pozityvūs mokinių ir mokytojų santykiai gali skatinti mokinius įsitraukti į



ugdomasias veiklas, kurių tikslas – išvengti viktimizacijos ir padidinti tikimybę, kad apie smurto lyties pagrindu atvejus bus pranešta, o jį patyrus bus kreipiamasi pagalbos (Crowley et al., 2018).

### 5. Socialinė santalka:

Socialinė santalka susijusi su mokinių pajauta, kad jų dalyvavimas ir gyvenimai yra svarbūs ir turi prasmę (Ungar et al., 2017). Kaip rodo tyrimai, jauniems žmonėms, kurie patiria rizikos veiksnius šeimose, tarp bendraamžių ar bendruomenėje, išitraukimas į mokyklos gyvenimą yra apsauginis veiksnys (Fredricks, Blumenfeld & Paris., 2004). Mokyklos, kurioje vertinama mokinių įvairovė, mikroklimatas padeda stiprinti mokinių atsparumą ir pripažįstamas kaip seksualinio priekabiavimo ir viktimizacijos veiksnys (Cohen et al., 2009; Motti-Stefanidi & Masten, 2013). Ahmed (2008) taip pat ištyrė, jog mokiniai, jautę stiprų ryšį su mokykla, buvo labiau linkę įsitraukti ir smerkti viktimizacijos mokykloje atvejus. Ryšių su mokykla stiprinimas yra viena iš esminių priemonių užsiimant smurto prevencija tarp jaunų žmonių (World Health Organisation, 2007). Tyrimai taip pat rodo, kad priklausymo ir įsipareigojimo mokyklai jausmas svarbus ugdant seksualinę prievartą patyrusių mokinių atsparumą (Theron & Phasha, 2015). Apskritai, aktyvus dalyvavimas mokyklos veiklose gali sudaryti sąlygas mokiniams patirti teigiamus socialinius ryšius, kurie skatina įgūdžių lavėjimą bei mokymąsi, o tuo pačiu stiprina ir mokinių savivertės bei saviveiksmingumo jausmus (Ungar et al., 2017). Svarbu pastebėti, jog mokiniai, lankantys mokyklas, kurioms būdingas teigiamas drausminantis klimatas ir palaikomi mokytojai ir mokiniai, rečiau praneša apie viktimizaciją ir seksualinį priekabiavimą mokykloje (Crowley et al., 2018).

### Išvada

Mokyklos ir mokytojai gali atlikti svarbų vaidmenį sprendžiant smurto lyties pagrindu problemą. Iniciatyvos ir praktikos, orientuotos į mokinių informuotumo didinimą, asmeninių kompetencijų stiprinimą ir palaikančio klimato mokykloje kūrimą, gali sustiprinti mokinių atsparumą ir sumažinti smurto lyties pagrindu lygį.

## Literatūra

- Ahmed, E. (2008). „Stop it, that’s enough”: Bystander intervention and its relationship to school connectedness and shame management. *Vulnerable Children and Youth Studies*, 3, 203–213. <https://doi.org/10.1080/17450120802002548>
- American Psychological Association. The Road to Resilience. 2014; Washington, DC: American Psychological Association.
- Berg, J. K., & Cornell, D. (2016). Authoritative school climate, aggression toward teachers, and teacher distress in middle school. *School Psychology Quarterly*, 31, 122–139. [10.1037/spq0000132](https://doi.org/10.1037/spq0000132)
- Britto, P.R., Lye, S.J., Proulx, K., Yousafzai, A.K., Matthews, S.G. Vaivada, T., [...] & MacMillan, H. (2017). Nurturing care: Promoting early childhood development. *Lancet*, 389, 91–102.
- Carranza, M. E. (2007). Building Resilience and Resistance against Racism and Discrimination among Salvadorian Female Youth in Canada. *Child and Family Social Work Journal*, 12, [390–398](https://doi.org/10.1007/s10560-012-0291-z). <https://doi.org/10.1007/s10560-012-0291-z>
- Cauce, A. M., Stewart, A., Rodriguez, M., Cochran, B., & Ginzler, J. (2003). Overcoming the odds? Adolescent development in the context of urban poverty. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 343– 363). New York: Cambridge University Press.
- Cefai, C. (2007). Resilience for all: a study of classrooms as protective contexts. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 12, 119-134. doi:10.1080/1363275070131551
- Chan, M., Lake, A. & Hansen, K. (2017). The early years: Silent emergency or unique opportunity? *Lancet*, 389, 11–13.
- Chin, S., Lee, J., & Liang, T. (2013). Does the teacher’s pet phenomenon inevitably cause classroom conflict? Comparative viewpoints of three pet-student groups. *School Psychology International*, 34, 3–16.

- Clear, E. R., Coker, A. L., Cook-Craig, P. G., Bush, H. M., Garcia, L. S., Williams, C. M., ... & Fisher, B. S. (2014). Sexual harassment victimization and perpetration among high school students. *Violence Against Women, 20*, 1203-1219.
- Cleary, A., Fitzgerald, M., & Nixon, E. (2004). From child to adult: a longitudinal study of Irish children and their families. University College Dublin (UCD).
- Costigan, C., Su, T. F., & Hua, J. M. (2009). Ethnic identity among Chinese Canadian youth: A review of the Canadian literature. *Canadian Psychology, 50*, 261–272.
- Crowley, B. Z., Datta, P., Stohlman, S., Cornell, D., & Konold, T. (2018, December 27). Authoritative School climate and sexual harassment: A Cross-sectional multilevel analysis of student self-reports. *School Psychology Quarterly*. <http://dx.doi.org/10.1037/spq0000303>
- Evans, A. B., Banerjee, M., Meyer, R., Aldana, A., Foust, M., & Rowley, S. (2012). Racial socialization as a mechanism for positive development among African American youth. *Child Development Perspectives, 6*, 251–257
- Foshee, V. A., Reyes, H. L. M., Chen, M. S., Ennett, S. T., Basile, K. C., DeGue, S., ... & Bowling, J. M. (2016). Shared risk factors for the perpetration of physical dating violence, bullying, and sexual harassment among adolescents exposed to domestic violence. *Journal of Youth and Adolescence, 45*, 672-686.
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health, 26*, 399-419.
- Fredricks, J., Blumenfeld, P., & Paris, A. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research, 74*, 59–109.
- Geiger, B. (2017). Sixth graders in Israel recount their experience of verbal abuse by teachers in the classroom. *Child Abuse and Neglect, 63*, 95–105.

- Greene, B., Miller, R., Crowson, H., Duke, B., & Akey, K. (2004). Predicting high school students' cognitive engagement and achievement: Contributions of classroom perceptions and motivation. *Contemporary Educational Psychology, 29*, 462–482
- Heckman, J. J. (2008). Schools, skills, and synapses. *Economic inquiry, 46*(3), 289-324.
- Hjemdal, O., Vogel, P. A., Solem, S., Hagen, K., & Stiles, T. C. (2011). The relationship between resilience and levels of anxiety, depression, and obsessive–compulsive symptoms in adolescents. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 18*, 314-321.
- Hobcraft, J., & Kiernan, K. E. (2010). *Predictive factors from age 3 and infancy for poor child outcomes at age 5 relating to children's development, behaviour and health: Evidence from the Millennium Cohort Study*. York: University of York.
- Hoare, P., & Stanfield, A. (2010). *Psychiatric disorders in childhood and adolescence*. In E. Johnstone, D. Cunningham Owens, S. Lawrie, A. McIntosh & M. Sharpe (Eds), *Companion to Psychiatric Studies* (Eighth Edition) (pp. 595-633). London: Churchill Livingstone.
- Bellis, M. A., Hughes, K., Ford, K., Hardcastle, K. A., Sharp, C. A., Wood, S., ... & Davies, A. (2018). Adverse childhood experiences and sources of childhood resilience: a retrospective study of their combined relationships with child health and educational attendance. *BMC Public Health, 18*, 792.
- Kassis, W., Artz, S., & Moldenhauer, S. (2013). Laying down the family burden: A cross-cultural analysis of resilience in the midst of family violence. *Child & Youth Services, 34*, 37– 63
- Kidd, S. A., & Davidson, L. (2007). „You have to adapt because you have no other choice”: The stories of strength and resilience of 208 homeless youth in New York City and Toronto. *Journal of Community Psychology, 35*, 219–238.
- Kumpfer, K. (1999). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. In J. Johnson (Ed.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 179–224). New York: Plenum Press.

- Kumpulainen, K., Theron, L. C., Kahl, C., Mikkola, A., Salmi, S., Bezuidenhout, C., et al. (2016). Children's positive adjustment to first grade in risk-filled communities: A case study of the role of school ecologies in South Africa and Finland. *School Psychology International, 37*, 121–139. doi:10.1177/0143034315614687
- Kvarme, L. G., Haraldstad, K., Helseth, S., Sørnum, R., & Natvig, G. K. (2009). Associations between general self-efficacy and health-related quality of life among 12-13-year-old school children: a cross-sectional survey. *Health and Quality of Life Outcomes, 7*, 85.
- Kvarme, L. G., Helseth, S., Sørnum, R., Luth-Hansen, V., Haugland, S., & Natvig, G. K. (2010). The effect of a solution-focused approach to improve self-efficacy in socially withdrawn school children: A non-randomized controlled trial. *International Journal of Nursing Studies, 47*, 1389–1396. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.05.001>
- Lal, S., & Adair, C. E. (2014). E-mental health: a rapid review of the literature. *Psychiatric Services, 65*(1), 24-32.
- Lorber, M. F., & Egeland, B. (2011). Parenting and infant difficulty: Testing a mutual exacerbation hypothesis to predict early onset conduct problems. *Child Development, 82*, 2006-2020.
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic. Resilience in development*. New York, NY: Guilford Press.
- Metzler, M., Merrick, M. T., Klevens, J., Ports, K. A., & Ford, D. C. (2017). Adverse childhood experiences and life opportunities: shifting the narrative. *Children and Youth Services Review, 72*, 141-149.
- Morrison, G., & Allen, M. (2007). Promoting student resilience in school contexts. *Theory into Practice, 46*, 162–169.
- Motti-Stefanidi, F., & Masten, A. S. (2013). School success and school engagement of immigrant children and adolescents: A risk and resilience developmental perspective. *European Psychologist, 18*, 126–135. doi:10.1027/1016-9040/a000139.

- Ormerod, A. J., Collinsworth, L. L., & Perry, L. A. (2008). Critical climate: Relations among sexual harassment, climate, and outcomes for high school girls and boys. *Psychology of Women Quarterly, 32*, 113–125.
- Pottinger, A. M., & Stair, A. G. (2009). Bullying of students by teachers and peers and its effect on the psychological well-being of students in Jamaican schools. *Journal of School Violence, 8*, 312–327
- Raver, C. C., Jones, S. M., Li-Grining, C. P., Metzger, M., Champion, K. M., & Sardin, L. (2008). Improving preschool classroom processes: Preliminary findings from a randomized trial implemented in Head Start settings. *Early Childhood Research Quarterly, 23*, 10-26.
- Rosenberg, L. (2012). Behavioral disorders: the new public health crisis. *The Journal of Behavioral Health Services & Research, 39*, 1-2.
- Russell, N. (2008). What works in sexual violence prevention and education. Paimta iš: [http://www.justice.govt.nz/policy/supporting\\_victims/taskforce-for-action-onsexualviolence/documents/What%20Works%20in%20Prevention.pdf](http://www.justice.govt.nz/policy/supporting_victims/taskforce-for-action-onsexualviolence/documents/What%20Works%20in%20Prevention.pdf)
- Rutter, M., Kim-Cohen, J., & Maughan, B. (2006). Continuities and discontinuities in psychopathology between childhood and adult life. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 47*, 276-295.
- Sanders, J., & Munford, R. (2016). Fostering a sense of belonging at school: Five orientations to practice that assist vulnerable youth to create a positive student identity. *School Psychology International, 37*, 155–171. doi:10.1177/0143034315614688
- Sharkey, J., You, S., & Schnoebelen, K. (2008). Relations among school assets, individual resilience, and student engagement for youth grouped by level of family functioning. *Psychology in the Schools, 45*, 402–418.
- Shek, D., & Ma, C. (2012). Impact of the Project P.A.T.H.S. in the junior secondary school years: Objective outcome evaluation based on eight waves of longitudinal data. *The Scientific World*. doi:10.1100/2012/170345



- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5, 25338.
- Tatlow-Golden, M., O'Farrelly, C., Booth, A., O'Rourke, C., & Doyle, O. (2016). 'Look, I have my ears open': Resilience and early school experiences among children in an economically deprived suburban area in Ireland. *School Psychology International*, 37, 104-120.
- Theron, L. C., & Phasha, N. (2015). Cultural pathways to resilience: Opportunities and obstacles as recalled by black South African students. In *Youth resilience and culture* (pp. 51-65). Springer, Dordrecht.
- Theron, L. C., & Theron, A. M. C. (2014). Education services and resilience processes: Resilient black South African students' experiences. *Child and Youth Services Review*, 47, 297–306. doi:10.1016/j.chilyouth.2014.10.003.
- Tinsley, B., & Spencer, M. B. (2010). High hope and low regard: The resiliency of adolescents' educational expectations while developing in challenging political contexts. *Research in Human Development*, 7, 183–201.
- Ungar, M. (2008). Resilience across Cultures. *British Journal of Social Work*, 38, 218–235. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcl343>
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81, 1–17.
- Ungar, M., Connelly, G., Liebenberg, L., & Theron, L. (2017). How Schools Enhance the Development of Young People's Resilience. *Social Indicators Research*, 1–16.
- Wells, L., Claussen, C., Aubry, D., & Ofrim, J. (2012). Primary Prevention of Sexual Violence: Preliminary Research to Support a Provincial Action Plan. Calgary, AB: The University of Calgary, Shift: The Project to End Domestic Violence. <https://s3-us-west-2.amazonaws.com/aasas-media-library/AASAS/wp-content/uploads/2015/08/PrimaryPrevention-of-Sexual-Violence.pdf>



Williams, C. M., Cook-Craig, P. G., Bush, H. M., Clear, E. R., Lewis, A. M., Garcia, L. S., ... & Fisher, B. S. (2014). Victimization and perpetration of unwanted sexual activities among high school students: frequency and correlates. *Violence Against Women, 20*, 1239-1257.

World Health Organization. (2013). Responding to intimate partner violence and sexual violence against women: WHO clinical and policy guidelines. World Health Organization.

World Health Organisation (2018). Nurturing care for early childhood development: Linking survive and thrive to transform health and human potential. [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/child/nurturing-care-framework/en/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/child/nurturing-care-framework/en/)

## Apžvalginė lentelė

Pavadinimas	Tikslinė grupė	Apžvalga	Vertinimas ir refleksija
<b>Mano 30 sekundžių reklama (pozityvaus tapatumo pratimas)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms</li> </ul>	Mokinių prašoma sukurti reklaminį plakata ir jį paaiškinančią 30 sekundžių trukmės reklamą, kurios tikslas – pristatyti aplinkiniams mokinio „geriausiąjį aš“ taip, kaip jis pats supranta.	Mokiniai turėtų apsvarstyti, kokiais savo asmenybės bruožais jie labiausiai didžiuojasi, ir pagalvoti, ką jiems reiškia „būti savimi“.
<b>Padedančioji ranka</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Mokiniai kuria personalizuotus paruoštus priede pateiktus PR rankų siluetus, kurie atspindėtų jų esmines stiprybes, pasiekimus ir turimus paramos šaltinius.	Mokiniai turėtų suprasti, kaip svarbu žinoti, kas jiems gali padėti prireikus ar susidūrus su gyvenimo sunkumais.
<b>„Nvertink knygos pagal viršelį“ (Nupiešk profesiją)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Drauge su mokiniais tyrinėjami stereotipai, jų prašoma nupiešti „tipinius“ profesijų vaizdinius.	Mokiniai turėtų įvertinti, ar piešiniuose pastebimas lyčių disbalansas ir, jei taip, pasvarstyti jo priežastis.
<b>Geresnės ateities vizija</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms</li> </ul>	Mokinių prašoma sukurti koliažą, kuris atspindėtų pokyčius, reikalingus pasauliui siekiant lyčių lygybės, ir autoritetus, kuriais reikia sekti, kad tuos pokyčius įgyvendintume.	Mokiniai turėtų aptarti, kaip jie jautėsi įsivaizduodami pasaulį be diskriminacijos lyties pagrindu, ir remdamiesi šio pratimo įžvalgomis, apsvarstyti pokyčius, prie kurių jie patys gali prisidėti.
<b>Lyčiai jautri reklama</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms</li> </ul>	Mokiniai tyrinėja, kaip reklamos skleidžia arba neigia stereotipus, ir patys kuria lytiškumui jautrią reklamą.	Mokiniai aptaria, kaip moterų ir vyrų vaizdavimas žiniasklaidoje veikia jų supratimą apie tai, kas yra „normalu“, ir „socialiai priimtina“ abiejų lyčių žmonėms.
<b>Laiko juosta „Kelionė lyčių lygybės link“</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	Mokinių prašoma pasidomėti lyčių lygybės judėjimu ir aprašyti jį sukuriant „laiko juostą“, kurioje atsispindėtų esminiai pokyčiai siekiant lyčių lygybės.	Mokiniai turėtų apmąstyti, kokius pokyčius paskatino lyčių lygybės judėjimas, ir kaip jie jaučiasi žinodami, kad konkrečių asmenų veiksmai gali turėti tokią didelę įtaką visuomenei.
<b>Tvirtos charakterio ugdymas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	Užduodami užsiėmimo priede esančius klausimus mokiniai kuria vieno iš savo bendraamžių charakterio profilį ir sužino apie jį daug naujų dalykų.	Mokiniai turėtų apmąstyti naują informaciją, kurią sužinojo apie savo klasės draugus, ir apsvarstyti, ar po pratimo pasikeitė jų ankstesnis požiūris į jį/ją.

<b>Daugybės bingo (Lyčių lygybės eksperimentas)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms</li> </ul>	Dalyvaudami nesąžiningai sumanytose varžybose ir diskusijose apie lyčių nelygybę, mokiniai sužino apie pasaulyje egzistuojančią nelygybę.	Mokiniai turėtų aptarti, ko išmoko įsitraukę į šį eksperimentą ir kaip visuomenėje egzistuojantis disbalansas gali paveikti žmonių galimybes efektyviai veikti/skleistis savo aplinkoje.
<b>Pasekmių ratas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	Naudodamiesi užsiėmimo priedu mokiniai tyrinėja, kaip diskriminaciniai veiksmai sukelia „bangelių vandenyje“ efektą ir kaip jie gali paveikti asmenis, bendruomenes ir visuomenes tiek trumpalaikėje, tiek ilgalaikėje perspektyvoje.	Mokiniai turėtų apmąstyti pirminius užsiėmimo tikslus, apgalvoti, ar užsiėmimas paveiks jų veiksmus ateityje, o galiausiai – ar kurie nors užsiėmimo aspektai juos nustebino.
<b>Įgalinti stebėtojus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	Mokiniai sužinos apie „stebėtojo efektą“ ir išmoks strategijų, kurios padės jiems ateityje tapti sąjungininkais tų, kurie taps smurto lyties pagrindu aukomis.	Mokiniai turėtų apmąstyti įgūdžius, kuriuos įgijo dalyvaudami užsiėmime, pasiūlyti alternatyvių aktyvaus veikimo būdų, kurie jiems leistų tapti skriaudžiamo asmens sąjungininkais, ir įvertinti pasitikėjimą savo gebėjimais tapti aktyviu sąjungininku ateityje.
<b>Atrask savo vaidmenį lyčių lygybės judėjime</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	Mokiniai per kelis vaidmenų žaidimus tyrinėja lyčių stereotipus, diskriminacinę elgseną ir kaip geriausiai į juos reaguoti.	Mokiniai turėtų pasigilinti ir įvertinti, ar scenarijuose pateiktos mokyklos atvejo analizė atspindi ir kitas mokyklas kaip tipiškas šiuolaikiniame pasaulyje.
<b>Svajonės neturi lyties (Žinutė jaunesniems mokiniams)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10–12 metų vaikai</li> </ul>	Vyresniųjų mokinių paprašoma, kad jie pabūtų pozityviais autoritetais jaunesniems mokiniams ir parašytų jiems laišką ar padarytų vaizdo įrašą, kuriame pasidalytų mintimis apie tai, kaip jiems pavyko įveikti abejones ir kliūtis (kurios gali būti susijusios su lytimi), trukdžiusias pasiekti jiems svarbius tikslus.	Mokiniai turėtų apmąstyti, kokią įtaką turi autoritetai jaunų žmonių gyvenime, ir giliau suvokti, kokią poveikį jų pačių elgesys gali turėti jaunesniems mokiniams.

## Užsiėmimai atsparumo ugdymo tema

### Užsiėmimai 8–9 metų vaikams

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Mano 30 sekundžių reklama (Pozityvaus tapatumo pratimas)</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Gali būti pritaikyta kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – ugdyti mokinių savivoką skatinant juos susitelkti į savo esminius bruožus ir savybes, kurie yra jų unikalios tapatybės dalis, taip pat įvertinant tas sritis, kurias reikėtų tobulinti. Skatinant mokinius apmąstyti, kaip jie sąveikauja su aplinka ir kitais, jo metu ugdomi ir mokinių savęs pristatymo įgūdžiai.</p> <p>Be to, suteikdamas galimybę įvairiomis inovatyviomis raiškos priemonėmis sukurti savo asmeninę reklamą, pratimas skatina mokinių kūrybiškumą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savęs pristatymas</li> <li>• Kūrybingumas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priedas „Mano 30 sekundžių reklama“</li> <li>• Rašiklis/pieštukas</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Mokiniam išdalijus priedą „Mano 30 sekundžių reklama“, paprašoma sukurti savo pačių 30 sekundžių reklamą. Ši reklama turėtų atspindėti, ką jie patys apie save galvoja ir kokį savo įvaizdį jie nori perteikti kitiems.</p> <p>(Norint paskatinti kūrybiškumą, mokiniams galima pasiūlyti reklamą kurti asmeniškai atsakant į specifinį klausimą, pavyzdžiui: „Jei būčiau gyvūnas, būčiau...“ arba „Esu labiausiai panašus/-i į [konkreči asmenybė iš praeities], nes...“).</p>

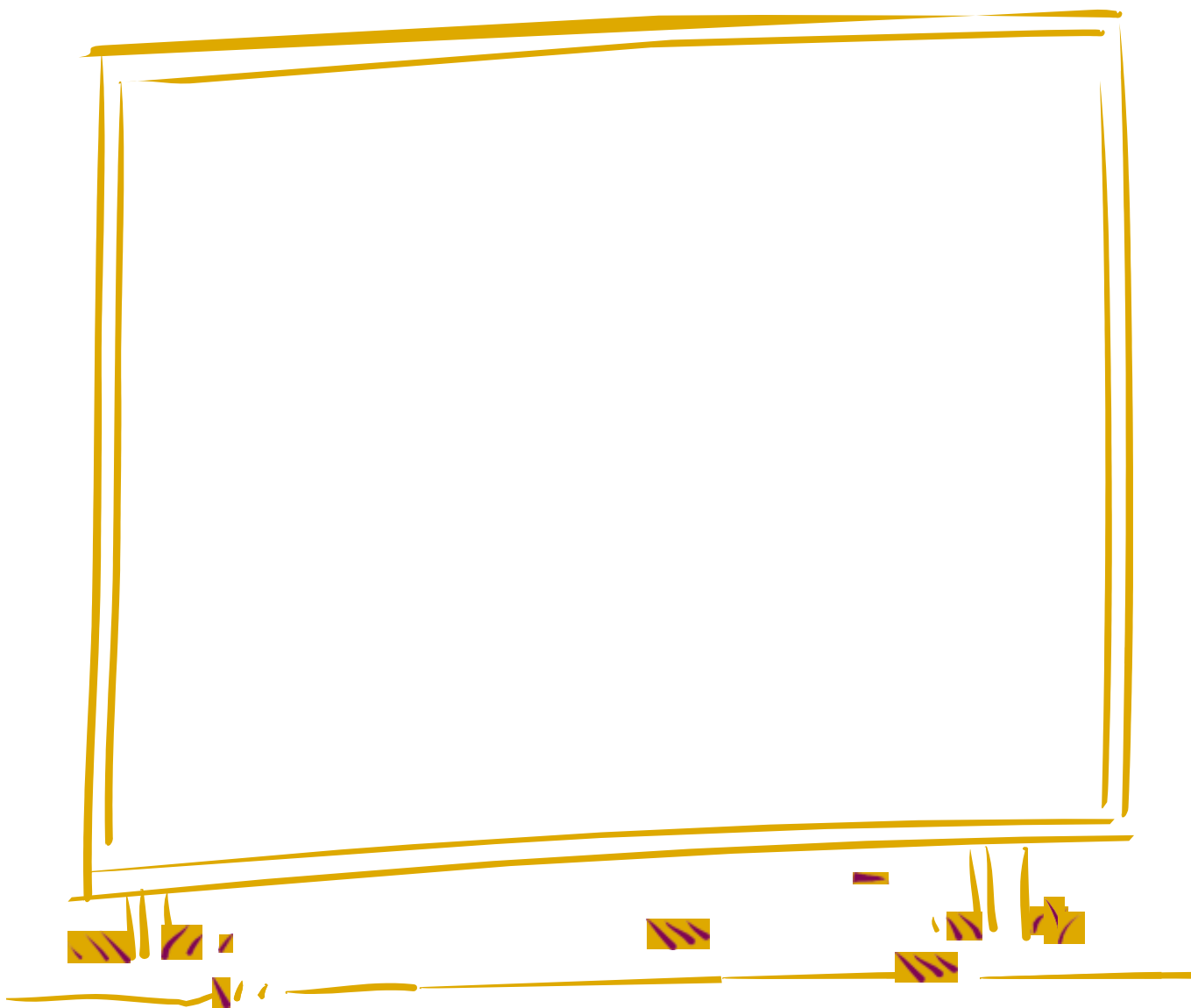
	<p>Baigę kurti savo reklamas mokiniai kviečiami jas pristatyti klasei. Jie gali pasinaudoti įvairiais pristatymą praturtinančiais priedais (pavyzdžiui, rekvizitais, fonine muzika ar garso efektais ir t. t.).</p> <p>Alternatyvus pasiūlymas siekiant, kad mokiniai į veiklą žiūrėtų rimtai ir padėtų tiems drovesniems mokiniams, kurie atlikdami šį savęs pristatymo pratimą nesijaučia jaukiai: mokiniai gali apsikeisti reklamomis ir pristatyti kito vaiko reklamą. Tokiu atveju mokiniai kito vaiko reklamą pristato klasės draugams naudodamiesi pratimo priede pateikta informacija.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paprašykite dalyvių, kad įvertintų, kaip jaučiasi po šio pratimo. Galite naudotis apačioje esančiais klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaip jautėtės, kad reikėjo į 30 sekundžių sutalpinti savo geriausias savybes?</li> <li>- Jei reikėtų daryti pratimą iš naujo, ar kuri nors reklamos aspektą keistumėte? Jei taip, kodėl?</li> <li>- Kuo, jūsų manymu, šis užsiėmimas svarbus?</li> <li>- Kokią svarbiausią įžvalgą išsinešate iš šio pratimo?</li> </ul>

### Šaltinio nuoroda:

Pritaikyta iš *Erasmus+* remiamo projekto SUCCESS (Strategies to Utilize and Cultivate positive Characteristics and Employability Skills in Schools).

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Mano 30 sekundžių reklama



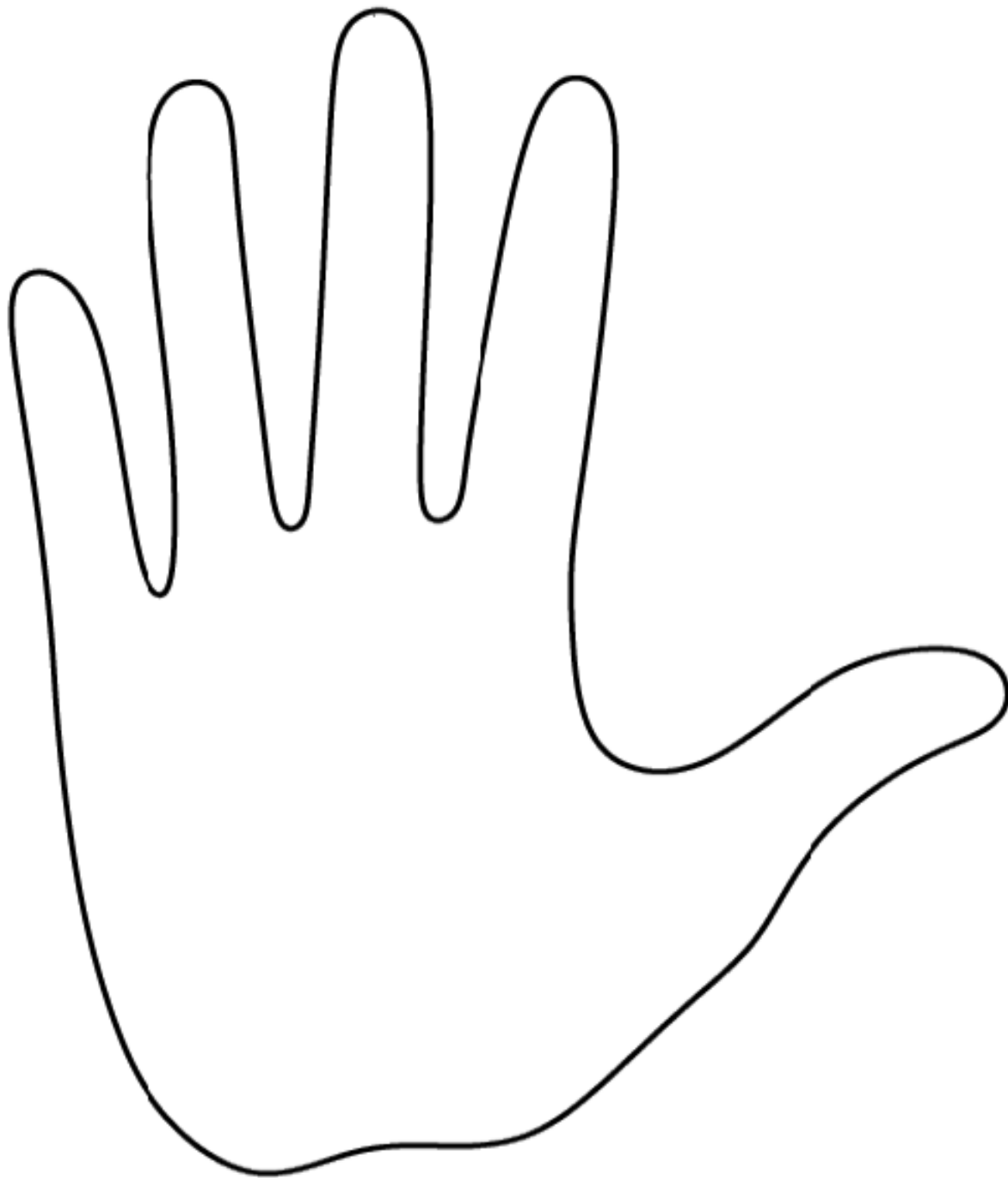
<b>Pavadinimas:</b> Padedančioji ranka	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės mokiniams įvardyti žmones, į kuriuos jie gali kreiptis pagalbos, jei jos prisireiks. Užtikrinti, kad apie diskriminacijos atvejus bus tinkamai pranešta – vienas iš esminių projekto prioritetų, o padėti mokiniams atrasti, kuo jie, prireikus paramos, gali pasitikėti – vienas pamatinių šio proceso elementų.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Parama</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pieštukas</li> <li>• Spalvoti pieštukai/Žymikliai/Kreidutės/Dažai</li> <li>• Žurnalai</li> <li>• Nuotraukos</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia mokiniams išdalijamos „Padedančiosios rankos“ lapų kopijos (arba, jei norite labiau suasmeninti, mokiniai gali patys nukopijuoti savo plaštakos formą popieriaus lape).</p> <p>Paprašykite mokinių ant popierinio delno sukurti koliažą iš nuotraukų [paveikslėlių ar žodžių, kurie apibūdina jų asmenybę, vertybes, interesus ir pasiekimus]. Padrąsinkite mokinius kiek įmanoma kūrybiškiau rinktis, kaip papuošti „delną“, kad šis kuo tiksliau atspindėtų jų asmenybę ir stiprybes.</p> <p>Baigę šią užduotį, mokiniai turėtų pagalvoti ir prisiminti, kada gyvenime buvo atsidūrę sudėtingoje ar nemalonoje situacijoje ir kaip ją įveikė. Mokiniai turėtų suprasti, kad daugeliu tokių atvejų kitų žmonių parama gali būti ypač svarbi, kad tokias situacijas pavyktų sėkmingai įveikti. Vėliau mokinių prašoma ant</p>



	<p>kiekvieno iš penkių pirštų antspaudų priklijuoti ar nupiešti (nuotraukas, paveikslėlius ar simbolinius vaizdus), atspindinčius žmogų (žmones), į kurių (kuriuos) jie gali kreiptis sudėtingomis situacijomis. Šie žmonės gali būti tėvai/globėjai, seserys, broliai, pusbroliai, pusseserės, draugai, mokytojai, treneriai ir pan.</p> <p>Ant kiekvieno „piršto“ mokinys turėtų užrašyti, kaip to piršto pavaizduotas žmogus jiems padėjo, pvz., „Mano muzikos mokytoja tikėjo manimi, kai man sunkiai sekėsi mokytis naujo kūrinio“ ar „Mano sesuo rado laiko išklausti mane ir padėjo nuspręsti, kaip man geriau išspręsti konfliktą su gera drauge“.</p> <p>Pabaigę pratimą mokiniai pasilieka „Padedančiosios rankos“ koliažą kaip priminimą, kokius iššūkius jau įveikė, kaip priemonę, padedančią pasijusti geriau ir atpažinti, kokius paramos šaltinius asmuo turi savo gyvenime.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Paprašykite mokinių po pratimo apmąstyti savo jausmus. Galite naudotis šiais klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jautiesi pasibaigus pratimui?</li> <li>• Kodėl, tavo manymu, svarbu žinoti savo paramos tinklą?</li> </ul>

Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.

## Priedas „Padedančioji ranka“



<b>Pavadinimas:</b> Nespręsk apie knygą pagal viršelį	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Užsiėmimo metu mokiniams bus parodyta, kad žmogaus profesinis gyvenimas neturi būti nulemtas jo lyties, o turi būti susijęs su jo/jos interesais, stiprybėmis ir įgūdžiais. Taip pat mokiniams bus pabrėžiama pasirinkimo laisvė – jie bus supažindinti su galią turinčiais autoritetais, kurių pavyzdžiai rodo, jog įprastus lyčių stereotipus įmanoma paneigti ir kad jie jau yra paneigiami.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Savivoka</li> <li>• Pasitikėjimas savimi</li> <li>• Motyvacija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Popierius ir pieštukai spalvinimui</li> <li>• Profesijų etiketės (viena suporuota su „Moteris“, kita su „Vyras“) (x2)</li> <li>• Guma lipinimui prie paviršių (<i>Blue Tac</i>)</li> <li>• Įtakingų žmonių, susijusių su kiekviena profesija, nuotraukos</li> <li>• *Alternatyva: Neutralios nuotraukos, neatspindinčios jų profesijų.</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paprašykite mokinių nupiešti (kiekvienam piešiniui skirti atskirą popieriaus lapą) piešinėlį, kuris atspindėtų žmogų, dirbantį šiuos darbus (galima pridėti ir savų pavyzdžių):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Šokėjas/-a</li> <li>2. Mokslininkas/-ė</li> <li>3. Ministras pirmininkas/-ė</li> <li>4. Sėkmingas teniso žaidėjas/-a</li> <li>5. Slaugytojas/-a</li> <li>6. Madų dizaineris/-ė</li> <li>7. Pasaulinio lygio roko žvaigždė</li> </ol>

	<p>Vaikams baigus piešti mokytojas turėtų skirtingose klasės vietose pakabinti profesijų pavadinimus, susietus su lytimis (pavyzdžiui, klasėje turėtų kabėti du profesijos „Gydytojas“ pavadinimai – vienas „Gydytojas“, o kitas „Gydytoja“; abu pavadinimai turėtų būti pakabinti priešinguose klasės galuose).</p> <p>Mokiniai lipnia guma prikabia piešinius po atitinkamu pavadinimu, priklausomai nuo to, kokios lyties profesijos atstovą/-ę jie nupiešė. Mokytojas peržiūri mokinių pakabintus piešinius ir įvertina, kiek išlaikytas kiekvienos lyties balansas. Jei prie vienos lyties profesijos piešinių daugiau nei prie kitos, inicijuojama diskusija apie tai, kodėl taip atsitiko ir ar tai atspindi tikrovę.</p> <p>Vėliau mokiniams parodomi žinomi žmonės, kurie paneigė/paneigia lyčių stereotipus tam tikrose profesijose, pvz., Jacinda Ardern – Naujosios Zelandijos ministrė pirmininkė; Michael’as Flatley’is – žinomas <i>Riverdance</i> šokėjas; Steffi Graf – viena žinomiausių pasaulio tenisininkų; videoįrašas apie vaikiną slaugytoją arba merginą santechnikę.</p> <p>Mokiniai pasigilina į stiprybes, kurios būdingos tam tikrų profesijų atstovams, ir padiskutuoja apie tai, kad būtent šios stiprybės, o ne jo lytis apibrėžia žmogaus sėkmę.</p> <p><b>*Alternatyvus metodas:</b> Profesijų atstovų piešimas užima nemažai laiko, todėl galima taikyti alternatyvų būdą: pateikti mokiniams vyrų ir moterų specialistų nuotraukas, kurios neatskleidžia jų profesinės veiklos. Mokiniai išdalytus atvaizdus turėtų priskirti po vieną kiekvienai nurodytai profesijai, kuri, jų supratimu, būtų tinkama tam konkrečiam pavaizduotam asmeniui.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus po šio užsiėmimo. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kodėl, tavo manymu, kalbant apie tam tikras profesijas egzistuoja toks lyčių disbalansas?</li> <li>• Kaip jautiesi matydamas sėkmingus žmones, dirbančius darbus, kurie paprastai nėra siejami su jų lytimi?</li> <li>• Kokie, tavo manymu, pokyčiai būtini pasaulyje, kad būtų pasiektas geresnis lyčių balansas, taip pat ir šioje užduotyje?</li> </ul>

Pavadinimas: Geresnės ateities vizija	
<b>Trukmė:</b>	45 min.–1 val.* * Mokiniam gali prireikti laiko pasirengti – apmąstyti, ką jie nori įtraukti į savo koliažą.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Galima pritaikyti kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	Šio užsiėmimo tikslas – įkvėpti mokiniams viltį, kad mūsų visuomenės taps pažangesnė ir tobulesnė. Taip pat siekiama sudaryti sąlygas mokiniams aptarti, koks svarbus šis klausimas, ko jie jau išmoko, ir stiprinti ryšius klasėje bei lavinti mokinių gebėjimus dirbti harmoningai ir produktyviai. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Optimizmas</li> <li>• Refleksija</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žurnalai</li> <li>• Spalvoti pieštukai/Flomasteriai/Kreidelės</li> <li>• A2 popieriaus lapai</li> <li>• Interneto prieiga rastai medžiagai atsispausdinti (Nebūtina, bet kai kuriems mokiniams gali sudaryti sąlygas lengviau pasirinkti medžiagą kūrybai)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Mokiniams pranešama, kad jie turės sukurti sienos puošmeną (koliažą), atspindinčią visuomenę, kurioje pasiekta lyčių lygybė. Mokiniams siūloma naudotis visais galimais ištekliais (žurnalais, laikraščiais, žinomomis citatomis,</p>

	<p>nuotraukomis, piešiniais...). Apie užsiėmimą mokiniams turėtų būti pranešta iš anksto, kad jie prireikus galėtų apgalvoti ir patyrinti temą.</p> <p>Mokinius patartina paskirstyti į grupes po 4–5 ir duoti jiems po didelį lapą popieriaus, žurnalų, laikraščių, piešimo priemonių.</p> <p>Koliažas turėtų atspindėti bent 3 pageidaujamus pokyčius ir bent 4–5 autoritetus (kiekvienas mokinys turėtų pasirinkti bent po vieną autoritetą lyčių lygybės tema), kurių pavyzdys gali padėti pasiekti lygių galimybių visuomenės viziją. Koliaže žodžiais, citatomis, paveikslėliais ir t. t. taip pat turėtų atsispindėtos 3 savybės, reikalingos kaip pamatas tam, kad įvyktų norimi pokyčiai (pvz., aistra, užsispyrimas, drąsa ir t. t.).</p> <p>Pabaigę užduotį, mokiniai koliažą pristato klasei, kiekvienas pasidalija, kas jam yra autoritetas siekiant lygybės ir kaip tas autoritetas jį kvepia.</p> <p>Iš anksto numatytoje klasės vietoje, pavadintoje „Mūsų geresnės ateities vizija“, visų grupių darbai sukabinami ir paliekami kuriam laikui, kad būtų priminimas klasei, jog ji siekia lygesnių galimybių visuomenės.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jautėtės galvodami apie ateitį, kurioje nebūtų diskriminacijos ir nelygybės lyties pagrindu?</li> <li>• Kaip jums atrodo, kuo kiekvienas iš jūsų atskirai ir kaip klasė galite prisidėti prie kovos dėl visuomenės lygybės?</li> <li>• Ar pamatę bendraklasių koliažus atradote kokių nors netikėtų dalykų?</li> <li>• Jei dabar perdarytumėte koliažą, ar ką nors jame pakeistumėte?</li> <li>• Ką žadate nuveikti savo kasdieniame gyvenime, kad paskatintumėte lyčių lygybę?</li> </ul>

## Užsiėmimai 10–12 metų vaikams

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Lytiškumui jautri reklama</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Reklamose įprasta vaizduoti vyrus ir moteris, atliekančius stereotipinius vaidmenis, tuo būdu paneigiant savybių, kurias gali turėti skirtingi vyrai ir moterys, įvairovę. Šio pratimo tikslas – padėti mokiniams pervertinti stereotipus tam, kad galėtų lanksčiau mąstyti ir kritiškai vertinti, ką reiškia būti vyru ar moterimi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritinis mąstymas</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Lygybė</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žurnalai/<i>Youtube</i> prieiga</li> <li>• Pieštukas</li> <li>• Popierius</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pamokos pradžioje mokytojas pasidalija praeito amžiaus 6-ojo dešimtmečio reklamos pavyzdžiais – reklama atspindi, kiek tuo metu buvo paplitusi diskriminacija lyties pagrindu. Mokytojas gali kalbėti apie tai, kokia pažanga padaryta siekiant mažinti pakantumą lyčių stereotipams ir diskriminacijai.</p> <p>Toliau mokinių prašoma patyrinti per televiziją/žurnaluose matytas reklamas ir atpažinti jose plačiai paplitusius stereotipus apie vyrus ir moteris.</p> <p>Visi stereotipai, kuriuos pristato mokiniai, turėtų būti aptarti kartu su mokytoju, kuris turėtų kritiškai įvertinti konkrečioje stereotipinėje reklamoje užkoduotas išankstines nuostatas ir pateikti pavyzdžių, kurie paneigtų stereotipą. Mokiniai taip pat turėtų visi drauge aptarti, koks gali būti neigiamas</p>



	<p>tokio stereotipinio požiūrio poveikis vyrams ir moterims, pvz., nerealūs kiekvienos lyties lūkesčiai; nerealistiški kūno standartai ir t. t.</p> <p>Vėliau mokiniams derėtų parodyti jautrias lyčiai reklamas, kurias neseniai ėmė kurti didelės tarptautinės korporacijos (Nike „Show Them What Crazy Can Do“: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=DEa2p3YihII">https://www.youtube.com/watch?v=DEa2p3YihII</a>; Gillette „The Best A Man Can Be“: Always „Like A Girl“:)</p> <p>Pažiūrėjus šias reklamas, mokinius reikėtų suskirstyti mažesnėmis grupėmis, po 3–4 (geriausia, kad grupę sudarytų skirtingų lyčių mokiniai) ir paprašyti sukurti savo lyčiai jautrią reklamą. Mokiniai gali pasirinkti, kaip pristatyti reklamą (plakatas, vaizdo įrašas, vaidinimas, istorija...) ir konkretų produktą ar įvykį pristatyti.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ar manai, kad stereotipai reklamose turi įtakos tam, ką žmonės jaučia ir mąsto apie save? Kokia ta įtaka?</li> <li>• Ar buvo sudėtinga sukurti savo lyčiai jautrią reklamos versiją? Kodėl?</li> <li>• Kokią pagrindinę žinutę norėjote perteikti savo reklama? Kodėl? Kodėl pasirinkote šią žinutę?</li> <li>• Ar manote, kad ateityje geriau atpažinsite lyčių stereotipus ir neigiamą jų poveikį?</li> </ul>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

XX a. 6-ojo dešimtmečio reklamos pavyzdžiai

**If your husband ever finds out**  
*you're not "store-testing" for fresher coffee...*

... if he discovers you're still taking chances on getting flat, stale coffee ... we're onto you!

For today there's a sure and certain way to test for freshness before you buy

**Here's how easy it is to be sure of fresher coffee**

Look for the "Three High" Line of Chase & Sanborn's "Charbon," "Mocha" and "Pavane" packed and pressure-packed. Taste the taste.

**Just do this:** Press your thumb against the dome top before you buy. If it bounces back, it's top-notch. If it doesn't, it's the one way to get the freshest coffee ever packed.

**No other can lets you taste!** You can't taste an ordinary, flat cup of "store" coffee that has let us in a million bottles. But all that top-grade, top-grade. You can't taste which one gives you the best taste.

**Here's the payoff!** Taste an open pack of top, top, top "Three High" Chase & Sanborn's in a glass filled of more the freshest coffee. ... Enough to see for you. You won't have a Chase & Sanborn pack a flavor divided you won't find in any other coffee!

**Chase & Sanborn**  
"PRESSURE PACKED"

**Cigarettes are like women.**  
**The best ones are thin and rich.**

20 FILTER CIGARETTES

**Silva THINS**

Silva Thins are thin and rich. Thin so they taste light. Lighter than other 100's. Lighter than most kings. Rich because—well, because rich is better.

**Silva Thins**  
are thin and rich.

**Women of the future will make the Moon a cleaner place to live.**

Pressing Tomorrow's Lestoil! Nothing, nothing, nothing cleans like it. Through dirt, grease, oil, grease, and makes everything fresh and new. Its advanced cutting agents and heavy, tractive action make your day lighter. Everything in your beautiful house can be cleaned, immaculate. (Tomorrow's Lestoil® makes Standard International grow some more.)

**Keep up with the house while you keep down your weight.**

Don't lose vitality while watching your weight. Live right, eat right. Get vitamins and iron from TOTAL. Now TOTAL has more vitamins than any other cereal. A one-ounce bowlful gives you 100% of the minimum daily adult vitamin and iron requirements—plus a delicious crunchy taste.

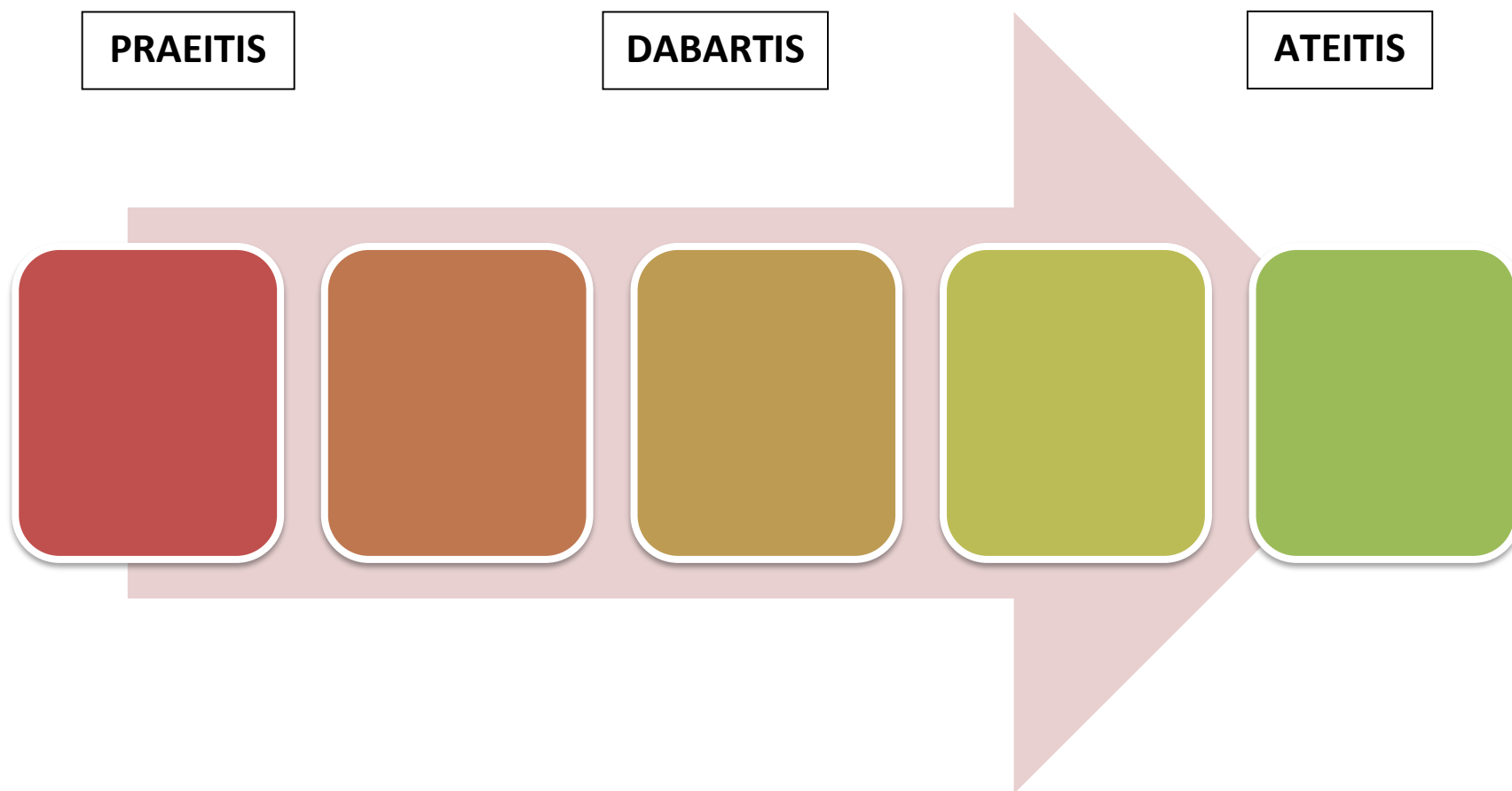
**TOTAL watches your vitamins**  
while you watch your weight

<b>Pavadinimas:</b>	Laiko juosta „Kelionė lyčių lygybės link“
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Gali būti pritaikyta kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslai – padėti mokiniams geriau suprasti, kaip vystėsi lyčių lygybės judėjimas, paskatinti juos pajusti galią paveikti savo gyvenimo kryptį ir aplinką bei skiepyti jiems optimistinį požiūrį į tolesnių teigiamų lyčių lygybės poslinkių potencialą ir į tą vaidmenį, kurį jie gali atlikti, kad tie pokyčiai įvyktų.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagarba</li> <li>• Įvairovė</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Teigiami santykiai</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelionės į lyčių lygybės laiko juostą lapas (<i>Atspausdinkite A3 formatu ir palikite pakankamai erdvės veiklai užbaigti</i>)</li> <li>• Interneto prieiga tyrimui atlikti</li> <li>• Mokinių grupių nuotraukos</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pratimo tikslas – įgalinti jaunas žmones leidžiant jiems pamatyti, kokį pagreitį per pastarąjį šimtmetį yra įgavęs lyčių lygybės judėjimas. Susitelkę į jau pasiektus tikslus, mokiniai turėtų į ateitį žvelgti optimistiškiau, tikėdami, kad jie gali turėti teigiamos įtakos judėjimo perspektyvoms.</p> <p>Pirmiausia mokiniai atlieka ryškių praėjusio amžiaus lyčių lygybės judėjimo pasiekimų ar įvykių paiešką (pvz., Marija Kiuri yra pirmoji Nobelio premiją laimėjusi moteris; Vigdís Finnbogadóttir 1980 m. tapo pirmąja demokratiškai išrinkta moterimi prezidente Islandijoje; Billie Jean King 1973 m. laimėjo Lyčių kovą teniso varžybose, kurias žiūrėjo 90 milijonų žmonių).</p>

	<p>Mokiniai turėtų susirasti nuotrauką, kuri simbolizuotų jų pasirinktą įvykį, ir parašyti trumpą pastraipą apie jį po kategorija „Praeitis“ Lyčių lygybės laiko juostoje.</p> <p>Vėliau mokiniai turėtų pasirinkti kokį nors šiuolaikinį lyčių lygybės judėjimo įvykį (pavyzdžiui, Ema Watson 2014 m. inicijuoja judėjimą <i>HeForShe</i> ir kreipiasi į Jungtines Tautas; Conchita Wurst atstovaudama Austrijai 2014 m. laimi „Euroviziją“; Benedict’as Cumberbatch’as prisiekia ne vaidinsias filmuose, kuriuos filmuojant ryškiai skiriasi vyrų ir moterų aktorių atlygis).</p> <p>Panašiai kaip ir prieš tai, mokiniai turėtų rasti to įvykio nuotrauką ir parašyti trumpą tą įvykį apibūdinančią pastraipą.</p> <p>Galiausiai, mokiniai turėtų „minčių lietaus“ forma pasidalyti apie reikšmingus pokyčius, kuriuos jie norėtų matyti kelyje visų lyčių lygybės link. Grupei pasiekus susitarimą, mokiniai padaro grupės nuotrauką ir priklijuoja ją Laiko juostoje ant kategorijos „Ateitis“. Kartu su grupės nuotrauka mokiniai turėtų parašyti ar nupiešti, kokių imtis veiksmų jie žada tam, kad sutartas pokytis įvyktų.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip pasikeitė abiejų lyčių žmonių gyvenimas per pastaruosius 200 metų?</li> <li>• Kaip jautiesi suprasdamas, kad ir šiandien žmonės deda pastangas, kad pasaulyje būtų didesnė lyčių lygybė?</li> <li>• Kaip jautiesi žinodamas, kad tavo veiksmai gali padėti sukurti daugiau lygybės įvairių lyčių ir lytinių tapatybių žmonėms?</li> <li>• Kokių veiksmų imsies kasdien tam, kad pavyktų pasiekti grupės sutartą tikslą?</li> </ul>

Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.

## Laiko juosta „Kelionė lyčių lygybės link“



*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> Tvirto charakterio ugdymas	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai (Galima pritaikyti kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo metu grupei sudaromos sąlygos suprasti, kad asmens vertinimas tik pagal jo lytį yra perdėtai supaprastinimas. Kiekvienas mūsų turime unikalias asmenines stiprybes, talentus ir pažiūras, kurios įgalina mus įvairiais būdais pridėti pasauliui vertės ir spalvų. Taip pat siekiama pagerinti mokinių emocinę savijautą, padėti susidraugauti mokiniams, kurie įprastai tarpusavyje nebendrauja, ir pagerinti klasės mokinių savivaizdį.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Įvairovė</li> <li>• Priėmimas</li> <li>• Pagarba</li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Įtrauktis</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pieštukas ir popierius</li> <li>• Priedas „Tvirto charakterio ugdymas“</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Mokiniai suskirstomi poromis (pageidautina su partneriu/-e, su kuriuo/-ia nėra artimai pažįstami). Naudodamiesi „Tvirto charakterio ugdymo“ klausimų lapais mokiniai turėtų paeiliui klausinėti vienas kito, kol bus gauti atsakymai į visus lape pateiktus klausimus. (Apgalvotai parinkti abstraktūs klausimai, kad klausiantieji mokiniai bent kiek kritiškai mąstyti ir interpretuoti. Priklausomai nuo klasės lygio, juos galima pakeisti labiau tiesioginiais).</p> <p>Surinkus visus atsakymus, mokiniai turi remdamiesi gauta informacija sukurti (teigiamą) savo partnerio profilį. Kuriant profilį derėtų susitelkti į stiprybes, savybes ir pasiekimus. Asmenybės (personažo) aprašymą derėtų papildyti ir</p>

	<p>istorijos žanro pasiūlymu (komedija, drama, trileris, siaubo, superherojų...), kuris būtų tinkamas tam asmeniui, taip pat pasiūlymu, kokį vaidmenį jis turėtų atlikti šioje konkrečioje istorijoje (ištikimas padėjėjas, juokų žinovas, planuotojas ir organizatorius, kaip nugalėti blogietį, pagrindinis superherojus...) ir kodėl. Atlikę užduotį visi mokiniai apsieičia su savo partneriais profiliais tam, kad kiekvienas jų užsiėmimą baigtų turėdamas savo paties profilį, kurį sukūrė klasės draugas/-ė.</p> <p>Toks pastiprinimas, kokį mokiniai gavo pratimo metu, gali labai praversti jiems ateityje susidūrus su įvairiomis neigiamomis patirtimis.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ar jauti, kad po šio pratimo pažįsti savo partnerį geriau nei iki jo? Ar tave nustebino kurie nors jo/jos atsakymai?</li> <li>• Kaip pasikeitė tavo požiūris į partnerį po pratimo?</li> <li>• Ar atradai savo asmenybės profilyje pačiam/-iai netikėtų dalykų?</li> <li>• Kaip jauteisi atlikdamas/-a užduotį?</li> </ul>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**



## Tvirto charakterio ugdymo klausimų lapas

(Iš žemiau surašytų klausimų susidaryk rinkinį klausimų, kurių tau prireiks apibūdinant savo charakterį)

1. Jeigu rinktumėsi vieną– tik vieną – tavo asmenybę apibūdinančią dainą, kokia ji būtų ir kodėl?
2. Jei tavo personažas privalėtų visą likusį gyvenimą valdyti tik vieną dalyką, ką jis pasirinktų ir kodėl?
3. Jei trisdešimčiai sekundžių pritrauktum viso pasaulio dėmesį, kokią žinutę praneštum?
4. Jei būtum namie lietingą popietę, kokį filmą greičiausiai pasižiūrėtum?
5. Jei galėtum pasirinkti tik tris žodžius, kurie primintų apie šią savaitę, kokius pasirinktum ir kodėl?
6. Koks tavo gyvenimo motto/įkvepianti frazė? Kodėl?
7. Koks tavo mėgstamiausias juokelis?
8. Koks, atrodytų, gana nekaltas dalykas tave erzina labiau už viską pasaulyje?
9. Koks tavo įprotis/savybė keisčiausias?
10. Kokį savo prisiminimą brangini labiausiai?
11. Kokią geriausio draugo savybę vertini labiausiai?
12. Kokia tavo mėgstamiausia spalva?
13. Koks gyvūnas ir kodėl tau atrodo idealus?
14. Jei galėtum pasaulyje įgyvendinti vieną pokytį (didelį ar mažą), kas tai būtų?
15. Kas tau yra autoritetas ir kodėl?
16. Aprašyk įprastus savo ryto ritualus (jei tokie yra) ir kaip jautiesi tuo metu?
17. Jei galėtum grįžti laiku į bet kurią dieną praeityje ir ją praleisti vėl, kokia tai būtų diena ir kodėl?
18. Jei galėtum pasikviesti 3 žmones (gyvus ar mirusius) į savo vakarėlį, kokie tai būtų žmonės ir kodėl juos pasirinktum?
19. Ko labiausiai gailiesi?
20. Kokia žmonių savybė, anot tavęs, labiausiai pervertinama?
21. Ką laikai savo didžiausiu pasiekimu?
22. Jei džinas tau pasiūlytų išpildyti tris norus, kokie jie būtų ir kodėl?
23. Jei galėtum įgyti bet kokią supergalią, kokia ji būtų?
24. Kaip įsivaizduoji idealų pasaulį?
25. Jei pakliūtum į negyvenamą salą, kokius tris daiktus norėtum turėti su savimi?
26. Kaip atrodo tavo norų sąrašo viršūnė?
27. Jei galėtum nukeliauti tik į vieną pasaulio vietą, kurią rinktumėsi?
28. Jei galėtum pasirinkti vienintelę vietą, kurią galėtum vadinti namais visą likusį gyvenimą, kokia tai būtų vieta ir kodėl?
29. Kokie tavo išskirtiniai šokio judesiai?
30. Koks tavo mėgstamas kvapas ir kodėl?
31. Koks yra geriausias patarimas, kokį esi gavęs, ir kodėl?

***(Galite pridėti savo klausimų, kuo skirtingesnių ir įdomesnių, tuo geriau!)***

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Daugybės bingo: lyčių lygybės eksperimentas</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – pristatyti mokiniams socialinio teisingumo idėją ir parodyti, kad šališkas požiūris į lytis ir diskriminacija yra esminės kliūtys moterų pažangos, išsilavinimo, karjeros, laisvalaikio srityse. Pabrėždami egzistuojančias nelygybės formas, mokytojai turėtų imtis užimančiųjų stebėtojų poziciją ir supažindinti mokinius su vienu veiksmingiausių būdų mažinti nelygybę – privilegijuotą padėtį užimančių žmonių įtraukimą į protestus prieš diskriminaciją ir už ją patiriančių žmonių teises.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Igalinimas</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Teisingumas</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=QKgKaQzil1A">https://www.youtube.com/watch?v=QKgKaQzil1A</a> (Kad geriau suprastų šio užsiėmimo tikslą, prieš pradėdami užsiėmimą mokytojai turėtų peržiūrėti vaizdo įrašą)</li> <li>• Daugybės bingo klausimų lapas</li> <li>• Daugybės bingo atsakymų lapas</li> <li>• Skaičiuotuvai</li> <li>• Rašymo priemonės</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Peržiūrėję vaizdo įrašą, mokytojai turėtų pasakyti mokiniams, kad šie dabar dalyvaus žaidime „Daugybės žaibingo“. Mokiniai atsitiktinai paskirstomi į grupes po 3–4. Jie turės teisingai atsakyti į klausimų lape pateiktus klausimus ir atitinkamai surašyti atsakymus į juos.</p>

Mokytojas turi paaiškinti, kad tikslas – kuo greičiau surašyti į lapą teisingus atsakymus ir kad tai varžybos. Kad paskatintų varžytis, mokytojas gali pasiūlyti kokį nors apdovanojimą (pvz., daugiau laiko prie kompiuterio, jokių namų darbų vakare, saldainių ir t. t.). Prieš pradėdant užduotį mokytojas turėtų pusei varžybose dalyvaujančių grupių atsitiktinai išdalyti skaičiuotuvus. Mokiniai grupėse turi dirbti kartu ir varžytis su kitomis grupėmis, kuri iš jų pirmoji teisingai užpildys atsakymų lapą.

Kai pusė klasės pabaigia užduotį, mokytojas turėtų stabdyti laiką. Derėtų atkreipti dėmesį į mokinių reakcijas į nesąžiningumą.

Pratimo vertinimo požiūriu svarbu, kad mokytojas paaiškintų užsiėmimo tikslą – galima parodyti ir vaizdo įrašą.

Mokytojas turėtų paaiškinti, kad net jei kartais nelygios galimybės nėra tokios akivaizdžios kaip pratimo metu, nesąžiningumas ir lygių galimybių stoka yra mūsų kasdieniai palydovai, su kuriais susiduria daugybė žmonių. Pratimas rodo, kad dėl to paties apdovanojimo dalis žmonių deda dvigubai daugiau pastangų nei kiti, arba kad kai kurie žmonės dirba taip pat sunkiai kaip kiti, tačiau dėl socialinės nelygybės gali nepasiekti savo tikslų. Jei turėtų tinkamus įrankius ir galimybes, visos grupės galėtų vienodai gerai atlikti veiksmus.

Tam, kad geriau suprastų, koks disbalansas egzistuoja tarp lyčių, mokiniams derėtų pateikti šiuos statistinius duomenis.

#### Statistika:

- Pagal dabartinį pažangos tempą prireiks 450 metų, kol bus pasiekta lyčių lygybė tarp vyrų ir moterų aukščiausiuose valdymo postuose.
- Pasaulio mastu moterų atlyginimai yra 30–40 proc. žemesni nei panašų darbą dirbančių vyrų atlyginimai;
- 2005-aisiais pasaulyje buvo 42 832 parlamentų narių, iš jų 15,7 proc. moterų. Tik maždaug 6 proc. vyriausybių ministrų pasaulyje yra moterys.

	<p>- Iš 150 milijonų mokyklos nelankančių vaikų (6–11 metų) daugiau kaip 90 milijonų yra mergaitės.</p> <p><i>(Jei yra galimybė, pridėkite daugiau statistikos, ypač tokios, kuri atspindi jūsų šalies situaciją)</i></p> <p>Mokinių prašoma pagalvoti apie kitas visuomenėje egzistuojančias nelygybės apraiškas ir apie tai, kaip šios problemos trukdo asmenims atskleisti maksimalų savo potencialą. Pabaigai mokiniai gali pasidalyti mintimis, kaip galima kovoti su šia neteisybe, ką galima pakeisti ir kaip ją ištaisyti ateityje (pvz., mokiniai galėjo pasidalyti skaičiuotuvais tarp grupių; kampanijos turėtų samdyti lygų skaičių vyrų bei moterų ir pan.) Priminkite mokiniams užsiėmimą apie stebėtoją ir pasiūlykite pagalvoti, kaip įgytus įgūdžius galima būtų panaudoti šiame užsiėmime.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ko išmokai dalyvaudamas šiame pratime?</li> <li>• Kaip jauteisi pratimo metu būdamas privilegijuotųjų/nuskriaustųjų pusėje?</li> <li>• Ar gali sugalvoti, kaip ir kokiose situacijose mūsų visuomenė nevienodai elgiasi su vyrais ar moterimis?</li> <li>• Ką gali padaryti, kad sukurtas balansas tarp vyrų ir moterų būtų geresnis ir kad su visomis lytimis būtų elgiama vienodai sąžiningai?</li> <li>• Ar tave nustebino egzistuojančios atskirties tarp vyrų ir moterų faktai ir statistika?</li> </ul>

Šio užsiėmimo priedai pateikti kituose puslapiuose.

## Daugybės bingo klausimų lapas

B	I	N	G	O
39 x 30	27 x 25	48 x 44	23 x 22	44 x 37
12 x 17	41 x 16	19 x 18	39 x 28	14 x 16
44 x 43	29 x 11	TUŠČIA	46 x 24	39 x 26
48 x 39	49 x 18	25 x 22	48 x 33	36 x 22
28 x 14	13 x 18	42 x 13	12 x 23	40 x 18

## Daugybės bingo atsakymų lapas

<b>B</b>	<b>I</b>	<b>N</b>	<b>G</b>	<b>O</b>
		<b>TUŠČIA</b>		

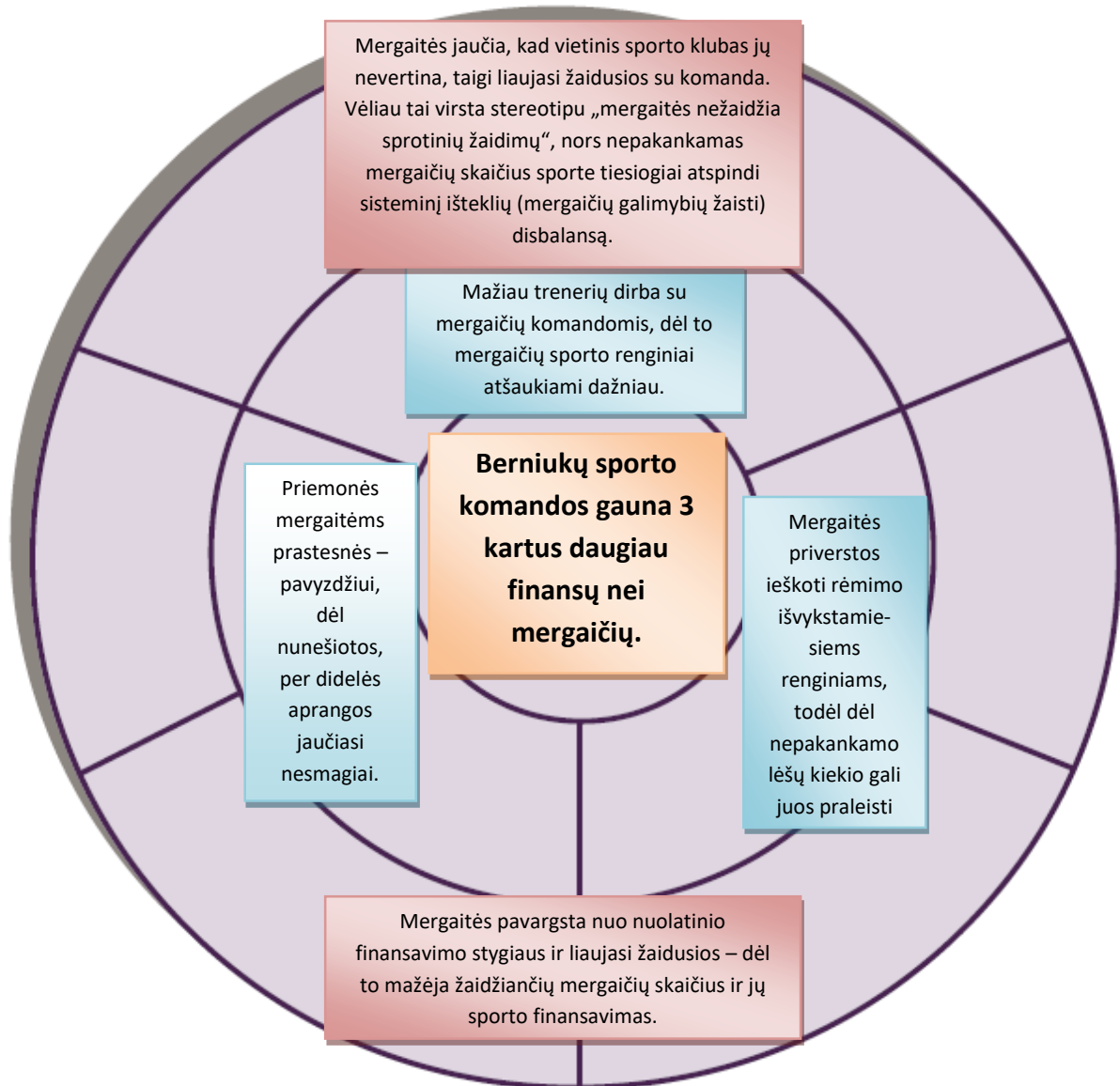
Pavadinimas: Pasekmių ratas	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės mokiniams ugdytis emocinį jautrumą diskriminacijos situacijoms ir jų pasekmėms trumpalaikėje bei ilgalaikėje perspektyvoje. Tuo pačiu šis pratimas parodo, kaip aktyvūs veiksmai siekiant lyčių lygybės gali paskatinti pozityvius pokyčius – tiek ilgalaikius, tiek trumpalaikius.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Lygybė</li> <li>• Empatija</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Pasekmių rato lapas</i> (CDVEC &amp; PDST, 2012)</li> <li>• Pieštukai/Rašikliai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Klasę derėtų suskirstyti į mažesnes grupes, kiekvienai grupei skiriant po dvi „Pasekmių rato“ lapo kopijas. Kiekvienai grupei bus duoti du su lytiškumu susiję scenarijai – vienas teigiamas, kitas neigiamas.</p> <p><b><i>Neigiamų scenarijų pavyzdžiai:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mokykloje berniukų sporto komanda gauna triskart daugiau finansavimo nei mergaičių sporto komanda.</li> <li>2. Labiau kvalifikuota ir daugiau darbo patirties turinti moteris negauna paaugstinimo, nes šis skiriamas kitam darbuotojui – vyrui.</li> <li>3. Pirmo plano aktorius – vyras filme už savo darbą gauna dvigubai daugiau pinigų nei pirmo plano aktorė moteris.</li> </ol> <p><b><i>Teigiamų scenarijų pavyzdžiai:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wimbledon'o teniso turnyro organizatoriai pažadėjo vienodą atlygį jame dalyvaujantiems vyrams ir moterims.</li> <li>2. Moteris politikė demokratiškai išrenkama į valdžios postą jūsų šalyje.</li> </ol>



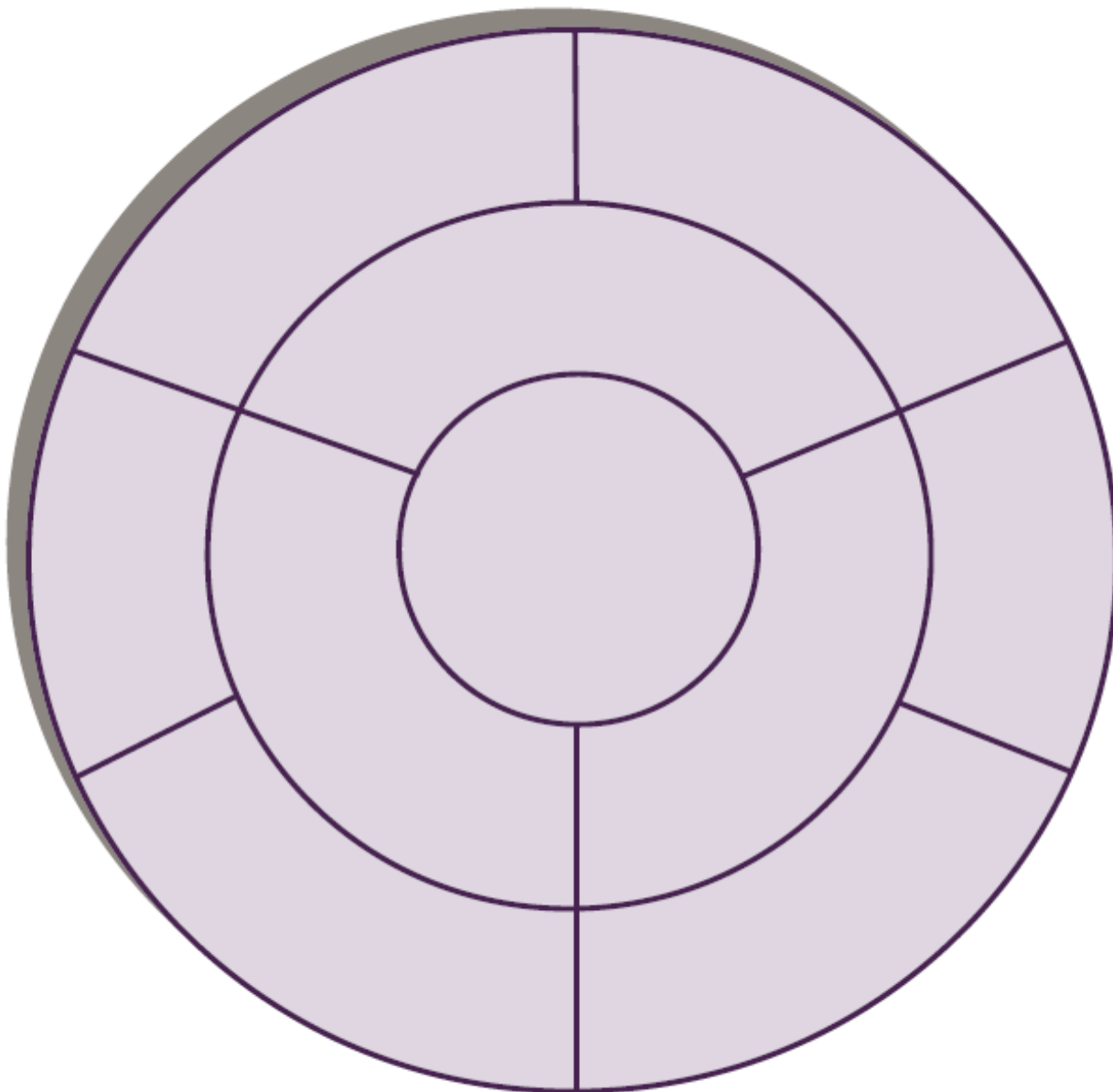
	<p>3. Klasės draugas garsiai prabyla apie lyties diskriminacijos atvejį, su kuriuo susidūrė mokyklos kieme.</p> <p><i>(Galite sugalvoti savų pavyzdžių, kurie tiktų šiam užsiėmimui)</i></p> <p>Mokiniai turėtų užrašyti savo scenarijus rato viduryje. Tuoju už centrinio rato esančiame rate mokiniai surašo po dvi ar tris trumpalaikes pasekmes, kurios galimos po įvykio. Pasekmės gali juos paveikti kaip asmenis, jų bendruomenę ar visuomenę apskritai. Toliausiame rate mokiniai surašo galimas ilgalaikes aptariamo įvykio pasekmes. Jos gali kilti iš trumpalaikių pasekmių ir gali būti asmeninės ar visuomeninės.</p> <p><i>Pavyzdžiui: Trumpalaikė pasekmė to, kad mokinys prabyla apie diskriminaciją lyties pagrindu, gali būti neatidėliojama reakcija į įvykį, o ilgalaikė pasekmė gali būti visos klasės mažėjantis pakantumas tokio tipo diskriminaciniams išpuoliams.</i></p> <p>Derėtų paraginti mokinius galvoti apie pasekmes abiem lytims (taip parodant, kad lyčių nelygybė paveikia jas abi). Baigusi užduotį grupelė pristato savo išvadas klasei. Klasė aptaria, ką išgirdo, ir pasiūlo savo idėjų, kurias galima užrašyti lentoje. Galiausiai, mokiniai galėtų apmąstyti, kokioms kategorijoms priskirti pasekmes (pvz., asmeninės pasekmės, pasekmės visuomenei ir t. t. Mokiniai gali pasiūlyti ir patys).</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galimi klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Koks, jūsų manymu, yra pagrindinis šios veiklos tikslas?</li> <li>• Ko išmokote iš šio užsiėmimo?</li> <li>• Kaip šio pratimo metu pasidarytos išvados paveikė jūsų nuostatas, supratimą ar ateities elgesį?</li> <li>• Kaip manote, ar pratimas paskatino pamąstyti apie ilgalaikes savo veiksmų pasekmes?</li> <li>• Ar jus nustebino, kiek ilgalaikės gali būti pasekmės?</li> <li>• Ar jus nustebino, kad nelygybė turi poveikį abiem lytims, nors iš pirmo žvilgsnio atrodytų, kad ji paliečia tik vieną lytį?</li> </ul>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Pasekmių rato pavyzdys (mokytojui)



## Pasekmių ratas



<b>Pavadinimas:</b> Įgalinti stebėtojus	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šios veiklos tikslas – įgalinti mokinius, kurie gali būti lyčių diskriminacijos ar smurto lyties pagrindu situacijų stebėtojais, ir ugdyti jiems reikalingus įgūdžius.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Motyvacija</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> <li>• Įgalinimas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rašiklis/Popierius</li> <li>• GLSEN „10 būdų tapti sąjungininku“ dalomoji medžiaga (GLSEN, 2008)</li> <li>• „Kaip tapti sąjungininku?“ lapas (CDVEC &amp; PDST, 2012)</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Pirmiausia mokiniai turėtų pasidalyti nuomonėmis apie priežastis, dėl kurių žmonės gali rinktis tylių stebėtojų poziciją patyčių, smurto ar atstūmimo situacijose (baimė, palengvėjimas, kad tai ne su jais vyksta, „ne mano reikalas“ ir t. t.). Visos priežastys turėtų būti surašytos vienoje magnetinės lentos pusėje.</p> <p>Vėliau mokiniai turėtų apsvarstyti ir surašyti esmines savybes, kurios reikalingos žmogui, jeigu jis nori būti aktyvus sąjungininkas, teigiamai paveikti situacijas matydami, kad skriaudžiamas kažkas kitas (drąsa, aktyvumas, tikrumas, gerumas, pasitikėjimas ir t. t.). Šios savybės turėtų būti užrašytos kitoje magnetinės lentos pusėje.</p> <p>Mokytojui derėtų moderuoti diskusiją apie 10 rekomendacijų pagal GLSEN, kaip būti teigiamam sąjungininkui. Mokiniai turėtų suprasti,</p>

	<p>kad jie turi galios situacijose, kuriose yra tik stebėtojai. Pasigilinę į 10 būdų, kaip tapti sąjungininku, mokiniai pamatys, kad jie gali tapti pozityvių pokyčių iniciatoriais savo aplinkoje ir jų vaidmuo priklauso nuo to, kaip jie reaguos į patyčių (žodinių ar fizinių), diskriminacijos, smurto ar atstūmimo atvejus savo aplinkoje.</p> <p>Vėliau mokiniai turėtų būti padalyti į mažesnes grupes po 2–3 ir tose grupelėse padiskutuoti apie jiems priskirtus scenarijus (žr. <i>stebėtojus įgalinantys scenarijai</i>), kurių esmė – situacijos, kai kas nors diskriminuojamas dėl savo lyties.</p> <p>Remdamiesi savo diskusijomis, mokiniai turėtų nuspręsti, kurių veiksmų iš lapo „10 būdų būti sąjungininku“ jie imtųsi konkrečiose situacijose, ir turėtų užpildyti lapą „Kaip tapti sąjungininku?“ Svarbu atminti, kad skirtingi scenarijai reikalauja skirtingų atsakymų (pvz., ne visada protinga, saugu ar įmanoma įsikišti tiesiogiai, todėl kartais geriau imtis kitokių būdų išspręsti problemą, tuo pačiu pačiam išliekant saugiam).</p> <p>Pasirinkę tinkamą reagavimo būdą, mokiniai turėtų parašyti vieną ar kelias esmines savybes, kurios padėtų stebėtojui nugalėti trukdžius, neleidžiančius tapti aktyviu sąjungininku.</p> <p>Galiausiai, derėtų su grupe aptarti aktyvaus įsitraukimo pasekmes arba naudą. Mokiniai turėtų paminėti du-tris dalykus, kurie būtų naudingi žmogui, patiriančiam skriaudą, pačiam stebėtojui ir incidento dalyviams.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip manai, kokius įgūdžius įgijai šio pratimo metu?</li> <li>• Ar esi kada nors buvęs pasyviu diskriminacijos situacijos stebėtoju? Ar dabar, po pratimo, ką nors darytum kitaip?</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ar gali sugalvoti kitus būdus (be 10 pateiktų), kaip galėtum tapti aktyviu sąjungininku diskriminacijos lyties pagrindu ar patyčių situacijose?</li><li>• Kodėl, tavo manymu, šis pratimas svarbus?</li><li>• Ar jautiesi labiau linkęs/-usi tapti aktyviu/-ia sąjungininku/-e nei buvai iki pratimo?</li></ul>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## 10 būdų būti sąjungininku

### 10 būdų būti sąjungininku

(GLSEN, 2008)

1. **NESIJUOK:** Parodyk kitiems, kad juoktis iš kitų žmonių dėl jų lyties ar lytinės orientacijos arba netinkamai ją komentuoti nedera.
2. **PRABILK:** Jei jautiesiai saugiai, parodyk tiems, kurie elgiasi nepagarbiai ar įžeidinėja, kad jų elgesys nepriimtinas.
3. **MESK IŠŠŪKĮ STEBĖTOJAMS:** Jei jautiesi saugiai, parodyk stebėtojams, kad jie nepadedą.
4. **NESUVEDINĖK SĄSKAITŲ:** Atsakas pykčiu į pyktį nepadės išspręsti problemos.
5. **BŪK DRAUGU:** Būk geras ir palaikyk tuos, kurie tapo agresyvaus elgesio taikiniu.
6. **KREIPKIS Į SUAUGUSIUS:** Pranešk mokytojui arba pagalbos mokiniui specialistui apie nesibaigiančius incidentus ir prašyk tėvų ar kitų šeimos narių paramos.
7. **NETEISK:** Parodyk kitiems, kad nori klausytis ir kalbėtis be išankstinių nuostatų.
8. **GERBK KITUS:** Pasistenk, kad tavo kalba ir elgesys rodytų pagarbą visiems.
9. **STEBĖK SAVE:** Žinok apie savo išankstines nuostatas ir stenkis jas keisti.
10. **IMKIS VEIKSMŲ:** Garsiai pasisakyk prieš neigiamas išankstines nuostatas savo bendruomenėje ir viešojoje erdvėje.

### Šaltinio nuoroda:

Pritaikyta iš GLSEN (2008). *ThinkB4USpeak: Educator's Guide*.





## Stebėtojus įgalinantys scenarijai

1. Esi grupėje su berniukais, kurie diskutuoja tarpusavyje. Jie kalbasi apie du tavo klasės draugus. Vienas jų su pasišlykštėjimu balse apibūdina vieno aptariamo berniuko aprangą „rengiasi kaip gėjus“. Kiti jam pritardami juokiasi. Kitas diskusijos dalyvis tęsia kalbą ir ima aptarinėti vienos bendraklasės išvaizdą, ypač pabrėždamas konkrečias jos kūno dalis. Ir vėl kiti klasės draugai prisijungia įžeidinėdami klasės draugę, dalydamiesi nepagarbiomis seksistinėmis pastabomis. Dėl jų išsakomų komentarų jautiesi labai nejaukiai. **Ką renkiesi daryti?**

2. Grupė berniukų susirenka parke ir smagiai leidžia laiką ant sūpynių, karuselių ir laipynių. Deja, Deividas nukrenta nuo laipynių ir nusibrozdina koją. Kritimas skausmingas ir Deividas pravirksta. Tačiau užuot sulaukęs atjautos, sulaukia iš draugų komentarų, kad esąs verksnys ir kad berniukai neturėtų dėl tokių smulkmenų verkti. Tau gaila Deivido, bet bijai stoti jo pusėn, nes manai, kad berniukai ims tave užgaulioti. **Ką renkiesi daryti?**

3. Tavo bendraklasis geros nuotaikos, nes sesė vakar vakare jam padovanojo naujus marškinėlius. Jis mano, kad marškinėliai atrodo „kietai“, ir jis nėra matęs, kad klasėje kas nors kitas dėvėtų panašius. Vėliau tądien, per fizinio lavinimo pamoką, jis galės juos apsilvilkęs pasirodyti kitiems klasės draugams ir išgirsti jų nuomonę. Tačiau užuot sulaukęs komplimentų, kaip tikėjosi, jis išgirsta pajuokas – grupė mergaičių šaiposi iš jo ir marškinėlių tvirtindamos, kad marškinėliai nėra skirti berniukams. Kai mokiniai liaujasi erzinę klasės draugą, tu pastebi, kad niekas nenori sėstis prie jo per pietus ar žaisti su juo mokyklos kieme. **Ką renkiesi daryti?**

4. Grupė mergaičių po pamokų leidžia laiką kartu: aptarinėja madas, dalijasi mintimis, kokius rūbus kas pirktų, jei tik turėtų pakankamai pinigų. Tu pastebi, kad Jolita nėra įsitraukusi į pokalbius ir, atrodo, nesupranta, kodėl visos apsėstos pokalbių apie drabužius. Jolita patinka leisti laisvalaikį lauke tyrinėjant miškus ir karstantis medžiais. Grupė paklausia Jolitos, ką ta dėvės per Tomo vakarėlį šeštadienį. Jolita susigūžia ir sako apie tai negalvojusi, nes nemano, kad tai svarbu. Grupė pradeda iš jos juoktis, šaipytis iš jos rūbų ir išvadina keistuole, nes „mergaitėms turi rūpėti, ką jos dėvi“. Jolita parausta ir netrukus patraukia namo. Tu galvoji: tai, kad mergaitės su Jolita pasielgė negražiai, ir kad žmonių poreikiai skiriasi, o tai netgi įdomu. **Ką renkiesi daryti?**

*(Vadovaudamiesi pirmiau pateiktais pavyzdžiais, galite sukurti savo scenarijus )*

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Atrask savo vaidmenį lyčių lygybės judėjime</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis pratimas siūlomas kaip priemonė, padedanti mokiniams suprasti ir pajusti, kokią įtaką lytis gali turėti asmens veiksams ir sprendimams, ir pagerinti savo kritinio mąstymo bei praktinius įgūdžius, padedančius atpažinti ir įveikti lyčių diskriminacijos situacijas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritinis mąstymas</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Įgalinimas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Atvejų analizės SAFER vaidmenų žaidimų vadovas</i></li> <li>• <i>SAFER Istorijos kūrimo lapas</i></li> <li>• Pieštukai/spalvoti pieštukai/ žymikliai</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Mokiniai suskirstomi į mažas grupeles, jiems išdalijami atvejų analizės scenarijai, kuriuose parodoma, kaip protagonisto lytis vienaip ar kitaip sudaro jam/jai kliūtis (žr. Atvejų analizės pavyzdžius arba sugalvokite savus) Mokinių paprašoma peržvelgti scenarijų ir pavaizduoti dabartinę situaciją piešiniu pirmame (pirmuose dviejuose) istorijos kūrimo lapo langelyje (langeliuose).</p> <p>Kai ši dalis baigta, mokiniai gautame scenarijuje turėtų perskaityti skyrelį „Kas atsitiko po to?“. Šiame skyrelyje mokinių prašoma į kiekvieną scenarijų pažvelgti iš skirtingų pozicijų (stebėtojo akimis Donatos atveju, veikėjo akimis Simono atveju ir pokyčių agento akimis informatikos mokytojos atveju).</p>

	<p>Kad užpildytų visus istorijos kūrimo lapo langelius, mokiniai kiekvienoje situacijoje turėtų pasinaudoti savo atsakymais į klausimus įvardydam, kokių veiksmų turėtų imtis asmenys tam, kad įvyktų teigiamas pokytis.</p> <p>Grupei baigus pildyti savo istorijos kūrimo lapą, ji turėtų išsirinkti savanorių, norinčių suvaidinti pirminę situaciją ir problemą bei pademonstruoti išeitį, pavaizduotą istorijos kūrimo lape. Po to klasėje diskutuojama apie skirtingus scenarijus ir grupių pasiūlytas išeitis.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jums atrodo, ar Žaliojo Miško mokykla atspindi tipinę mokyklą jūsų šalyje?</li> <li>• Kaip jums atrodo, kodėl niekas nenusprendė stoti Donatos pusėn ir jos apginti?</li> <li>• Donata manė, kad su mergaičių komandomis elgiamasi skirtingai nei su berniukų komandomis – kaip jums atrodo, kodėl ji gali būti teisi? Kaip reaguoti į tokius atvejus?</li> <li>• Simonas manė, kad, jei jis pasirinktų savo mėgstamą dalyką, kiti berniukai ims jį erzinti. Kaip jums atrodo, ar įprasta taip dvejoti dėl savo su lytimi susijusių pasirinkimų? Ar kada nors nusprendėte kažko nedaryti vien dėl to, jog baiminotės, ką pagalvos žmonės apie jūsų pasirinkimą? Ką darytumėte, jei būtumėte Simonas?</li> <li>• Ar manėte, kad įmonės <i>Digitech</i> vadovu gali būti moteris? Kodėl? Kaip manote, ar prielaidos, kurias žmonės daro žinodami vien profesijos pavadinimą, yra problema?</li> <li>• Kuo skiriasi tai, kaip jūsų mokykloje elgiamasi su berniukais ir kaip su mergaitėmis? Ar šie skirtumai kelia sunkumų? Jei taip, kaip siūlytumėte šiuos sunkumus įveikti?</li> <li>• Ar šis užsiėmimas pasirodė naudingas? Kokių įgūdžių įgijote pildydami istorijos kūrimo lapą ir/ar vaidindami?</li> </ul>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Atvejų analizės SAFER vaidmenų žaidimui

### Scenarijus 1:

#### Donata

Kiek save prisimena, Donata visada labiau už viską mėgdavo žaisti futbolą. Nuo tos akimirkos, kai atsistojo ant kojų, jos mėgstamiausias žaislas buvo kamuolys, su kuriuo ji leido valandų valandas galiniame namo kieme praktikuodamasi ir gerindama savo įgūdžius.

Neseniai Donata perėjo iš Raudonojo Ažuolo į Žaliojo Miško mokyklą. Pirmojoje mokykloje Donata buvo pirmosios sudėties žaidėja mišrioje futbolo komandoje. Tačiau Žaliojo Miško pradinėje, Donatos nuostabai, komandos buvo atskiros – viena berniukų, kita mergaičių. Donatai patiko žaisti su mergaitėmis, nes tarp jų buvo stiprių varžovių, be to, ji susirado kelias naujas drauges. Tačiau neilgai trukus Donata pastebėjo, kad berniukų komandai atiteko visa įranga, jie treniravosi geriausiose aikštelėse, jiems buvo skiriama daugiausia dėmesio mokyklos skelbiamoje informacijoje. Donata labai susinervino, ypač tada, kai mergaičių komanda be didesnių pagyrų ar mokytojų ir bendraamžių pripažinimo pateko į finalines taurės varžybas.

Fizinio lavinimo pamokose Donata turėjo galimybių pažaisti prieš berniukus ir jai periodiškai pavykdavo įmušti įspūdingų įvarčių įveikus Beną, berniukų komandos vartininką. Po vieno žaidimo, kurio metu Donata įmušė tris įvarčius, Benas nusprendė, kad jie nenori daugiau žaisti su Donata, ir ėmė ją erzinti visos klasės akivaizdoje. Jis sakė, kad ji, kaip mergaitė, buvo „pernelyg atletiška“, ir ėmė ją pravardžiuoti „žvėrimi“. Donatos bendraklasiai jautėsi nejaukiai, bet dauguma jų nervingai kikenė. Niekas nieko nepasakė.

#### Kas atsitinka po to?

- Įsivaizduokite, kad esate atsitiktinis stebėtojas ir matote, kad Benas negražiai elgiasi su Donata.
  - Kaip jums atrodo, kaip Donata jautėsi šioje situacijoje?
  - Kaip jums atrodo, kodėl niekas šioje situacijoje nestojo Donatos pusėn?
- Pirmuose istorijos kūrimo lapo langeliuose nupieškite du paveikslėlius, kurie tiksliai atspindėtų aprašytą scenarijų.
- Dabar įsivaizduokite „geriausią“ savojo aš versiją šioje situacijoje. Kaip jums atrodo, kaip tas jūsų „geriausiasis aš“ reaguotų?  
Pasinaudodami likusiais tuščiais istorijos kūrimo lapo langeliais, nupieškite geriausias reakcijas, kurių būtų galima tikėtis iš atsitiktinių stebėtojų šioje situacijoje.
- Baigę pildyti istorijos kūrimo lapą, išsirinkite komandos narius, kurie suvaidins scenarijuje nurodytus vaidmenis, pasirenkite suvaidinti „geriausią įmanomą“ išeitį iš situacijos ir suvaidinkite klasės draugams.

## Scenarijus 2:

### Simonas:

Simonas užbaigė pirmuosius metus Žaliojo Miško mokykloje ir beveik atėjo laikas jam pasirinkti dalykus, kurių jis turėtų mokytis kitais metais. Simono tėtis dailidė, turi vietinį versliuką, todėl norėtų, kad Simonas mokytųsi medžio darbu, įgytų reikiamų įgūdžių ir, baigęs mokyklą, galėtų padėti tėčiui versle.

Simono medžio darbai neįdomina, tačiau kad galėtų toliau jų mokytis, jis turėtų atsisakyti savo mėgstamiausio dalyko – namų ūkio ekonomikos. Simonui labai patinka gaminti, tad daug laiko po mokyklos jis praleidžia ieškodamas naujų įdomių receptų ar gamindamas įvairius skanumynus šeimai ir draugams. Visi, kam jis yra gaminęs, jį giria už puikiai atliktą darbą.

Simonas susirūpinęs dėl to, kad dauguma mokinių namų ekonomikos klasėje – mergaitės, todėl berniukai gali imti šaipytis iš jo pasirinkimo ir nuolatos jam jį prikaišioti. Jis baiminasi, kad vien dėl sprendimo, kurį padarys, kiti jį atstums.

Atėjo dalykų pasirinkimo diena, o Simoną vis dar kamuoja dvejonės. Jis nenori, kad aplinkinių nuomonės turėtų įtakos jo pasirinkimui, bet vis dar nėra tikras, kaip reaguos kiti, jeigu jis pasirinks namų ūkio ekonomiką.

### Kas atsitinka po to?

- Įsivaizduokite save sudėtingoje Simono situacijoje.
  - Kaip jums atrodo, kaip Simonas jaučiasi susidūręs su tokia dilema?
  - Ar kitų žmonių nuomonės kada nors turėjo įtakos tam, kokius sprendimus savo gyvenime priėmėte jūs?
- Pirmuose istorijos kūrimo lapo langeliuose nupieškite du paveikslėlius, kurie tiksliai atspindėtų aukščiau esantį scenarijų.
- Dabar šiek tiek pasvarstykite ir pabandykite įsivaizduoti idealią išeitį iš šios situacijos. Kokių veiksmų ar žingsnių reiktų, kad pavyktų idealiai išspręsti situaciją? Naudodamiesi likusiais istorijos kūrimo langeliais, nupieškite kitus veiksmus, kurių derėtų imtis, kad Simonui pavyktų geriausiu, koks tik įmanomas, būdu išspręsti situaciją. Paskutiniame langelyje derėtų pavaizduoti, kokia ta ideali išeitis iš tiesų yra.
- Baigę pildyti istorijos kūrimo lapą, išsirinkite grupės narius, kurie suvaidins scenarijuje pateiktus vaidmenis, pasiruoškite pademonstruoti „geriausią įmanomą sprendimą“ ir suvaidinkite klasei.



### Scenarijus 3:

#### Informatikos mokytoja:

Daugybė Žaliojo Miško mokyklos mokinių domėjosi technologijomis ir kompiuteriais, todėl informatikos mokytoja galvojo, kad mokiniams bus labai naudinga ir smagu išgirsti šioje srityje dirbančio profesionalo sėkmės istoriją. Ji bandė susisiekti su daugybe bendrovių, tačiau sėkmė nuo jos nususukdavo, kol, galiausiai, jai pavyko susitarti, jog atvyks vienos didelės bendrovės – *Digitech* – vadovas. Jis turėjo ateiti ir pakalbėti apie tai, kaip atrodo šioje sferoje dirbančio asmens kasdiena.

Informatikos mokytoja sutarė susitikti 15:00 (iškart po pamokų) ir nė kiek nenustebo pamačiusi maždaug 35 mokinius, laukiančius susitikimo. Ją kiek nustebino, kad tarp laukiančiųjų buvo tik 2 mergaitės. Prieš atvykstant svečiui mokiniai svarstė, kokių patarimų jiems pažers atvykėlis, ir spėliojo, kokia prabangia mašina jis atvažiuos.

Atvykus įmonės vadovui dalis mokinių iš nuostabos išsižiojo, o dauguma patyrė lengvą šoką. Neilgai trukus mokiniai ėmė kikenti tarpusavyje, kai kurie jų ėmė laidyti sarkastiškus juokelius ir komentarus. Niekas nesitikėjo, kad žinomai bendrovei vadovauja moteris.

#### Kas atsitinka po to?

- Įsivaizduokite, kad esate informatikos mokytoja ir matote, kaip viskas klostosi.
  - Kaip jaučiatės, matydama tokias mokinių reakcijas?
  - Kokia būtų jūsų reakcija į tai, kas vyksta?
- Pirmuose savo istorijos kūrimo lapo langeliuose nupieškite paveikslėlius, tiksliai apibūdinančius tai, kas vyko pagal scenarijų.
- Įsivaizduokite, kad informatikos mokytoja organizuoja susitikimą su mokyklos vadovu aptarti situaciją, susidariusią susitikimo su įmonės vadove metu (mergaičių stoką ir berniukų pademonstruotas diskriminacines nuostatas). Likusiuose langeliuose pavaizduokite, apie ką konkrečiai kalbėtųsi informatikos mokytoja su vadovu, siekdama patobulinti mokyklos veiklas tam, kad mokykloje įsivyratų į lygybę ir pagarbą vienas kitam orientuota aplinka. Paskutiniame langelyje nupieškite galimą šio scenarijaus išeitį.
- Pabaigę pildyti lapą išsirinkite mokinius, kurie vaidins istorijos personažus, ir pasirenkite pristatyti informatikos mokytojos bei direktoriaus pokalbį, kuris atspindėtų mokyklai geriausią išeitį.



SCENA	SCENA	SCENA
SCENA	SCENA	SCENA

*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>		<b>„Svajonės neturi lyties“ (Žinutė jaunesniems mokiniams)</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min. *Pratimą galima atlikti per ilgesnį laiką, pavyzdžiui, kaip mentoriavimo priemonę, kai jaunesnis mokinys suporuojamas su vyresniu mokiniu, kuris tampa jaunesniojo mentoriumi ir patarėju per visus mokslo metus.	
<b>Tikslinė grupė:</b>	10–12 metų vaikai	
<b>Tikslai:</b>	<p>Užsiėmimas padės įgalinti mokinius kritiškai apmąstyti savo gyvenimą ir apsibrėžti sritis, kuriose, kaip jie mano, jų lytis turėjo įtakos sprendimams. Taip pat bus pabrėžiami tie mokinių gyvenimo įvykiai, kurių metu jie susidūrė su stereotipiniais lyties lūkesčiais ir pasipriešino jiems. Be to, mokiniai bus mokomi ugdytis atjautą sau – svarbią asmeninę savybę, reikalingą gyvenimo sunkumams ir iššūkiams įveikti. Mokiniai dar bus supažindinti ir su pozityviais autoritetais, iš kurių galėtų mokytis lyderystės, jiems bus sudarytos sąlygos pajusti bendrumą – jausmą, kad jų buvimas ir jų gyvenimai svarbūs bei reikšmingi įvairiems žmonėms, todėl sustiprės jų galios ir saviveiksmingumo jausmas – jausmas, kad jie gali imtis pokyčių.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritinis mąstymas</li> <li>• Refleksija</li> <li>• Empatija</li> <li>• Įtrauktis</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> </ul>	
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rašiklis</li> <li>• Popierius</li> <li>• Alternatyvus metodas: Vaizdo įrašymo priemonės</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p>	

	<p><b>Autoritetas:</b> Asmuo, kuriuo kiti seka arba žavisi dėl to, kokį pavyzdį savo elgesiu ir asmenybe jis rodo kitiems. Autoritetai įkvepia žmones stengtis atkartoti ar atitikti jų elgesį. Autoriteto turėjimas gali veikti kaip gairė siekiant tapti tuo, ku nori tapti, ir padėti kitiems geriau planuoti ar užsibrėžti tokius pat tikslus ir juos pasiekti.</p> <p>Mokinių prašoma prisiminti autoritetą, kuris jų gyvenime buvo įkvėpimo šaltiniu. Jie turėtų pamąstyti apie juos sužavėjusias to asmens savybes, stiprybes ir veiksmus. Vėliau mokytojas turėtų paaiškinti mokiniams, kad jie taip pat gali pradėti elgtis kaip autoritetai jaunesniems mokyklos mokiniams. Kad būtų lengviau atlikti pratimą, mokiniai padrąsinami prisiminti save jaunesnėse klasėse: situacijas, kuriose jų lytis buvo tapusi kliūtimi rinktis tam tikras veiklas ar siekti tam tikrų tikslų, o tada prisiminti, kad jiems pavyko nugalėti abejones ir įsitraukti į smagias, naudingas ir produktyvias iniciatyvas. Mokiniai turėtų jaunesniems savo mokyklos mokiniams parašyti laišką, kuriame paaiškintų jiems, kad lyčių stereotipai riboja jų mąstymą ir kiek daug jie įgijo ignoruodami šias stereotipų primestas ribas. Laiške turėtų būti juntamas padrąsinimas jaunesniems mokiniams sekti savo širdies balsu ir išreikšti save taip, kaip norisi ir atrodo tinkama jiems patiems, nepaisant to, kad jų siekiai gali prieštarauti paplitusioms lyties normoms ar stereotipams. Vyresniųjų klasių mokiniai vėliau turėtų perduoti šiuos laiškus jaunesniems mokiniams pasilikę jų kopijas sau – kaip priminimą to, kad jie jau yra įveikę savo gyvenimo kliūtis ir kad turėtų likti ištikimi sau, kiek tai manoma.</p> <p><i>Alternatyva gali būti vyresnės klasės mokinių nufilmuotas videoįrašas tema „Svajonės neturi lyties“.</i></p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip tau atrodo, ko išmokai iš šio pratimo?</li> <li>• Kaip tau atrodo, kuo svarbūs autoritetai lyčių lygybės judėjime?</li> <li>• Kaip tau atrodo, kokį poveikį šios žinutės gali turėti jaunesniems mokiniams?</li> </ul>