

Tu nesi kaltas, kad iš tavęs tyčiojasi

Banga

Autorius: Linga Švanienė, „Jaunimo linijos“ savanorė

2010-03-20, psl. 8

Periodiškumas: Kelis kartus per savaitę. Tiražas: 6700. Šaltinio tipas: Rajonų spauda

Akcija

Tu nesi kaltas, kad iš tavęs tyčiojasi

Šiandien jautiesi pažemintas ir įskaudintas. Ir taip nebe pirmą kartą. Jie vėl neleido praeiti ir tyčiojosi: atėmė tavo daiktus, tampė už drabužių, stumdė ir mušė. Bet labiausiai skaudėjo ne nuo smūgių, o dėl užgaulių žodžių. Ir kilo pyktis, net neapykanta, nes neatsirado nė vieno, kuris būtų užstojęs ir palaikęs – padlaižūnai bailiai! Vakare mama bars, kad suplėšei striukę, bet tu nedrįsi jai pasakyti, jog drabužis drykstelėjo užkliuvęs už durų rankenos, kai tu pastumtas virtai. Tau gėda prisipažinti, nes jautiesi kaltas dėl viso to, kas vyksta mokykloje, nenori įskaudinti tėvų. Abejoti, ar jie galėtų kaip nors padėti - na, pasakys mokytojams, o tada, esi tikras, kad prasidės dar aršesni persekiojimai ir būsi pavadintas skundiku. Tau atrodo, kad tada bus tik dar blogiau, nors matai, kad blogiau, nei yra šiandien, nebegali būti. Jautiesi vienišas ir sutrikęs. Kartais atrodo, kad geriau būtum išvis negimęs. Tikiu, kad situacija tau gali atrodyti beviltiška, ypač kai visą įtampą laikai savyje.

Nežiūrint viso to, matau tavo norą gyventi kitaip, be žeminimo, erzino, grasinimų, stumdymų ir patikėk, kad toks gyvenimas yra įmanomas. Tu nesi kaltas dėl to, kad kiti iš tavęs tyčiojasi. Niekas neturi teisės tavęs užgaulioti ir muš-

ti. Žinok, kad ne visi mėgaujasi patyčiomis, todėl bandyk surasti draugą tarp tų, kurie nepritaria. Stenkis nebūti vienas, nes priekabautojams lengviausia taip tave užsipulti. Kad jaustumėis saugesnis, gali paprašyti ko nors, kad būtų kartu su tavimi, palydėtų namo.

Ir dar labai svarbu netylėti. Priekabautojai žino, jog elgiasi neteisingai, tačiau naudojasi tavo baimė pavišinti jų savivaliavimą. Susirask žmogų, kuriam galėtum papasakoti, kas vyksta su tavimi ir tavyje. Juo gali būti draugas, mama, tėtis, mokytojas, mokyklos socialinis darbuotojas, psichologas, bet kas, kuo pasitikėtum. Nenusimink, jei ir pradėjus kalbėti, niekas nepasikeitė. Tu gali papasakoti dar kam nors. Patyčios paprastai greitai nesibaigia, tam reikia laiko

ir kantrybės. Jei kada būtų sunku ir neturėtum su kuo pasikalbėti, kviečiu paskambinti nemokamais telefonais į „Vaikų liniją“ tel. 8 800 11111 arba į „Jaunimo li-

niją“ tel. 8 800 28888, kur budintis savanoris tave išklausys ir pasistengs suprasti. Linkiu tau stiprybės.

Linga ŠVANIENĖ

„Jaunimo linijos“ savanorė
www.jaunimolinija.lt;
klaipeda@jaunimolinija.lt

**Akcija „Savaitė be patyčių“
siekiama atkreipti visuomenės
dėmesį į psichologinį smurtą
švietimo sistemos įstaigose.
Akciją kovo 22-26 d. organizuoja
emocinės paramos tarnyba
„Vaikų linija“.**

