

D. Smurto prevencija

12 planas. „Raudonos vėliavos“

Klasė ir trukmė	8–12 klasė; 45 min.
Metodas	Šviesoforo metodas – trijų spalvų kortelės
Priemonės	Kiekvienam dalyviui po tris korteles: žalią, geltoną, raudoną; situacijų sąrašas
Tikslas	Atpažinti ankstyvus ir ne visada akivaizdžius kontrolės, manipuliacijos ir smurto požymius santykiuose

Eiga

- 1. Susitarimai ir įvadas (7 min.).** Paaiškinkite, kad smurtas santykiuose ne visada prasideda nuo lengvai atpažįstamų fizinių veiksmų. Ankstyvieji nesaugaus santykio požymiai gali būti subtili kontrolė, pavydas, manipuliacija ar spaudimas. Kortelių reikšmės: žalia – saugu; geltona – kelia abejonių, reikia daugiau konteksto; raudona – kontrolė, ribų pažeidimas ar smurtas.
- 2. Balsavimas (25 min.).** Skaitykite po vieną situaciją. Visi vienu metu pakelia pasirinktą spalvą. Po kiekvienos situacijos trumpai aptarkite: kodėl atrodo saugu ar pavojinga; kaip tokioje situacijoje gali jaustis jaunas žmogus; ką jis galėtų daryti ir kur kreiptis pagalbos.
- 3. Užbaigimas (13 min.).** Kartu aptarkite, ką galima daryti pastebėjus, kad draugo/ės santykiuose atsiranda kontrolės, spaudimo ar smurto požymių. Priminkite pagalbos kontaktus (2 priedas).

Aptarimo klausimai

- Kuri situacija pasirodė labiausiai neraminanti? Kodėl?
- Ar buvo situacijų, kurias iš pradžių vertinote kitaip nei kiti? Kas paskatino permąstyti savo vertinimą?
- Kaip manote, kodėl kartais sunku atpažinti kontrolės ir smurto požymius santykiuose?
- Kaip šiose situacijose atrodytų pagarbus ir ribas gerbiantis elgesys?
- Ką galima padaryti pastebėjus, kad draugo/ės santykiuose atsiranda kontrolės, spaudimo ar smurto požymių?

Situacijos

Situacija	Vertinimas specialistui/ei
Partneris visada atsiklausia, ar tau tinka tema, apie kurią kalbate.	Žalia
Draugas pasiteirauja, ar reikia erdvės po konflikto, ir duoda laiko nusiraminti.	Žalia
Pažįstamas pasiūlo apkabinimą ir ramiai priima „ne“.	Žalia
Partnerė pyksta, jei nori praleisti laiką su draugais be jos.	Geltona
Draugas nuolat juokais vadina tave jautriu, net kai sakai, kad tau nepatinka.	Geltona / raudona
Partneris sako: „Aš tik pavydžiu, nes tu man labai rūpi.“	Geltona
Partnerė nori žinoti tavo dienos tvarką nuo ryto iki vakaro.	Geltona
Partneris nuolat tikrina, kada paskutinį kartą buvai prisijungęs/usi.	Raudona
Partnerė grasina išsiskirti, jei neatsakai iškart.	Raudona
Draugas prašo pasidalyti slaptažodžiais, „kad įrodytum pasitikėjimą“.	Raudona
Partneris sako: „Jeigu paliksi mane, nežinau, ką sau padarysiu.“	Raudona
Partneris menkina tavo pomėgius: „Čia nesąmonė, geriau daryk taip, kaip aš.“	Raudona
Draugas bando riboti tavo santykius su šeima, sakydamas, kad „jie tau kenkia“.	Raudona
Partneris be sutikimo ima tavo telefoną „šiaip, tik pažiūrėti“.	Raudona
Partneris sako: „Jeigu mane mylėtum, siųstum man intymią nuotrauką.“	Raudona
Pažįstamas spaudžia išgerti daugiau, nors sakai, kad nebenori.	Raudona

BŪTINA PASTABA SPECIALISTUI/EI

Ši pamoka gali paliesti asmenines mokinių patirtis. Jei įmanoma, pasilikite klasėje bent 10 min. po skambučio ir aiškiai pasakykite, kad norintys/čios gali prieiti pasikalbėti individualiai. Taip pat priminkite, kur mokykloje ar už jos ribų galima kreiptis pagalbos. Vertinimų stulpelį naudokite kaip orientyrą, o ne kaip „teisingą atsakymą“, kurį reikia paskelbti. Geltonųjų situacijų vertinimas gali priklausyti nuo konteksto, dažnumo ir kitų aplinkybių – būtent jos suteikia daugiausia erdvės diskusijai.

13 planas. „Kai juokas skaudina“

Klasė ir trukmė	8–12 klasė; 90 min. (dvi jungtinės pamokos)
Metodas	Forumo teatro elementai: scena rodoma, tada perkuriama
Priemonės	Laisva erdvė, kėdės, scenų aprašai
Tikslas	Lavinti reagavimą į stereotipais grįstas patyčias ir menkinimą – ne tik teoriškai, bet ir praktiškai: kūnu, balsu bei žodžiais.

TRYŠ SAUGUMO TAISYKLĖS

- 1. Niekas neprivalo vaidinti skriaudėjo vaidmens.** Po scenos vaidmuo aiškiai „nuimamas“ – dalyvis/ė pasako savo vardą ir persėda į kitą vietą.
- 2. Nevaidinkite realių klasės situacijų ir nevartokite tikrų klasės žmonių vardų.** Visos scenos turi būti išgalvotos.
- 3. Fizinis kontaktas scenose draudžiamas.** Viskas vyksta žodžiais, balsu ir kūno laikysena.

Eiga

- 1. Susitarimai, saugumo taisyklės ir apšilimas (10 min.).** Apšilimas būtinas – jis padeda pasirengti judėti, kalbėti ir vaidinti prieš kitus.
- 2. Scenų kūrimas (15 min.).** Grupės po 4–5 mokinius/es per 10 min. paruošia trumpą (iki 1,5 min.) sceną, kuri baigiasi neišspręsta situacija: niekas neįsikiša, o menkinimą ar patyčias patiriantis žmogus lieka be palaikymo.
- 3. Pirmasis rodymas (20 min.).** Po kiekvienos scenos tik du klausimai: „Kas čia nutiko?“ ir „Kam šioje situacijoje buvo sunkiausia? Kodėl?“ Šiame etape sprendimų dar neieškokite.
- 4. Pertrauka.**
- 5. Forumas (25 min.).** Scena rodoma antrą kartą. Bet kuris žiūrovas gali sušukti „Stop“, užimti vieno iš veikėjų vietą (išskyrus skriaudėjo vaidmenį) ir bandyti pakeisti eigą. Tą pačią sceną galima perkurti 2–3 kartus, išbandant skirtingus reagavimo būdus.
- 6. Aptarimas (10 min.).** Kas suveikė? Kas nesuveikė? Kodėl? Ką buvo realu padaryti, o kas realioje situacijoje galėtų būti sunku ar nesaugu?
- 7. Užbaigimas (10 min.).** Kiekvienas pasirenka vieną sakinį, kurį galėtų panaudoti susidūręs su panašia situacija. Šis sakinytis yra pamokos rezultatas.

Scenų situacijos

- Vaikinas klasėje pasako, kad eina į šokius. Draugai pradeda juoktis ir jį pravardžiuoti.
- Merginai pasakoma, kad ji „per daug kiša nosį“, nes ji pirmoji pakelia ranką ir išsako savo nuomonę.
- Klasės pokalbyje kas nors paskelbia menkinantį komentarą apie merginos išvaizdą. Visi reaguoja juoko jaustuku.
- Vaikinas pasako draugams, kad jam sunku ir kad prastai miega. Vienas atsako: „Nebūk pana.“ Kiti tyli.
- Grupė mergaičių nuolat komentuoja vienos klasiokės maistą ir valgymą per pietus. Kiti tai girdi, bet nesikiša.
- Naujokas atrodo kitaip, nei, klasės draugų nuomone, „turėtų“ atrodyti vaikas. Klasė jį ignoruoja.

Vedančiojo/iosios klausimai ir galimi sunkumai

Kas gali nutikti	Ką daryti
Niekas nedrįsta įsikišti forumo metu	Pirmą kartą į sceną įsikiškite patys – parodykite, kad tai saugu ir kad nereikia iš karto rasti tobulo sprendimo.
Scena tampa per daug panaši į realų atvejį	Sustabdykite sceną ir ją perkurkite: pakeiskite veikėjus, santykius, vietą, ar kitas aplinkybes taip, kad nebūtų galima atpažinti konkrečių žmonių ar realios situacijos. Jei to padaryti nepavyksta, pasirinkite kitą sceną.
Vaidinantis skriaudėją per daug įsijaučia	Jei elgesys tampa pernelyg intensyvus, žeminantis ir peržengia sutartas ribas, iškart sustabdykite sceną. Priminkite saugumo taisykles ir „nuimkite“ vaidmenį.
Klasė nenori vaidinti	Pasiūlykite „gyvųjų skulptūrų“ metodą: mokiniai/ės sustingsta pozomis, o kiti apibūdina, ką jose pastebi. Šis metodas nereikalauja kalbėti ir vaidinti visos scenos, todėl kai kurioms grupėms gali būti priimtinesnis.
Laiko lieka tik vienai pamokai	Pasirinkite dvi scenas ir kiekvieną jų perkurkite vieną kartą. Aptarimo netrumpinkite.

Naudingi klausimai forumo metu: Kas pasikeitė, kai įsikišo šis žmogus? · „Ką galėtų padaryti tas, kuris tik stebi? Ar nieko nedaryti visada yra neutralu?“ · „Kiek žmonių turi sureaguoti, kad situacija pradėtų keistis?“

14 planas. „Kino pamoka“

Klasė ir trukmė	8–12 klasė; 90 min. (dvi jungtinės pamokos)
Metodas	Dokumentinio ar trumpametražio filmo peržiūra ir aptarimas keturiais lygmenimis
Priemonės	Projektorius, garsas, legaliai prieinamas filmas, iš anksto paruošti klausimai
Tikslas	Per kito žmogaus istoriją skatinti empatiją ir atverti erdvę pokalbiui apie patirtis, kurias gali būti sunku aptarti abstrakčiai

Kur rasti tinkamų filmų

Vienas pagrindinių šaltinių Lietuvoje – „Nepatogaus kino klasė“ (nepatogauskinoklase.lt), nemokama edukacinių dokumentinių filmų ir metodinių priemonių platforma, skirta pedagogams, švietimo pagalbos specialistams, edukatoriams ir jaunimo darbuotojams. Platformą vysto Lietuvos žmogaus teisių centras ir festivalis „Nepatogus kinas“. Registracija nemokama, filmai prieinami legaliai, prie daugelio pridėtos metodinės medžiagos ir pamokų planai. Filmų galite ieškoti pagal mokinių amžių ir temas, tarp kurių yra lyčių lygybė, patyčios, lytiškumo ugdymas, psichikos sveikata ir saugus internetas.

AUTORIŲ TEISĖS – NE FORMALUMAS

Filmo prieinamumas internete savaime nereiškia, kad jį galima rodyti klasėje. Naudokite teisėtai prieinamus filmus ir platformas, kurių naudojimo sąlygos leidžia turinį naudoti ugdymo tikslais. Prieš rodydami filmą patikrinkite konkretaus šaltinio ar platformos naudojimo ar licencijavimo sąlygas. Tai ne tik padeda laikytis autorių teisių, bet ir yra praktinis pavyzdys mokiniams/ėms, kad kūrybinis darbas turi vertę.

Kaip pasirinkti filmą

- Rinkitės iki 40 min. trukmės filmą, kad liktų pakankamai laiko aptarimui. Trumpas 15–20 min. filmas dažnai leidžia daugiau laiko skirti refleksijai ir diskusijai.
- Pirmenybę teikite filmui, kuriame tema atskleidžiama per konkretaus žmogaus ar kelių žmonių patirtis, o ne vien per statistiką ar ekspertų komentarus.

- Įvertinkite emocinį turinio intensyvumą ir jo tinkamumą mokinių amžiui ar grupei. Tikslas – atverti pokalbį, ne sukrėsti.
- Rinkitės filmą, kuris palieka erdvės klausimams ir skirtingoms interpretacijoms, o ne pateikia vieną gatavą atsakymą.
- Specialistas/ė filmą turi peržiūrėti iš anksto prieš rodydamas/a klasei. Įvertinkite ne tik temą, bet konkrečias scenas, galimus jautrius momentus bei tai, kokios reakcijos gali kilti grupėje.

Eiga

1. **Pasirengimas (8 min.).** Susitarimai. Pasakykite, apie ką filmas, iš anksto įspėkite apie galimai jautrų ir emociškai intensyvią turinį, neatskleisdami siužeto. Duokite stebėjimo užduotį: „Sekite vieną veikėją. Kokių lūkesčių jam kelia aplinka?“
2. **Peržiūra (iki 37 min.).** Nekomentuokite filmo eigos. Jei mokinys/ė nusprendžia trumpam išeiti iš klasės, nestabdykite ir nereikalaukite paaiškinti priežasties. Po pamokos pasidomėkite, kaip jis ar ji jaučiasi.
3. **Pertrauka.** Neskubėkite pradėti aptarimo – palikite laiko mintims ir emocijoms nusistovėti.
4. **Faktai (8 min.).** „Kas vyko? Kas buvo pagrindiniai veikėjai? Kurią sceną prisimenate ryškiausiai?“ Tai leidžia prabilti tiems, kurie nedrįsta kalbėti apie jausmus.
5. **Reakcijos (10 min.).** „Kur pasidarė nejauku? Kur buvo gaila? Kur supykote? Kada norėjosi nusijuokti?“
6. **Prasmė (12 min.).** „Kokie lūkesčiai veikė veikėją? Kas jam padėjo, o kas trukdė? Ką filmas sako apie mūsų aplinką?“
7. **Pritaikymas (8 min.).** „Kur tai matote savo kasdienybėje? Kas norėtų, kad būtų kitaip mūsų mokykloje?“
8. **Užbaigimas (2 min.).** Norintys/čios vienu žodžiu įvardija, su kokia mintimi ar jausmu išeina iš pamokos. Priminkite, kur galima kreiptis pagalbos.

Galimi sunkumai

Dažniausia klaida – filmui skirti visą laiką, o aptarimui palikti penkias minutes. Filmas be aptarimo yra pramoga; poveikį kuria būtent pokalbis po jo. Antra rizika – filmas pasirodo emociškai sunkesnis, nei tikėtasi. Tokiu atveju neskubėkite gilinti diskusijos: apsiribokite pirmuoju aptarimo lygmeniu – faktais – ir aiškiai užbaigite pamoką. Jei įmanoma, pasilikite klasėje dar bent 10 min., kad norintys/čios galėtų pasikalbėti individualiai, ir priminkite, kur galima kreiptis pagalbos.