

---

# METODINĖ PRIEMONĖ FILMUI

## „IŠKLAUSYK“

### APTARTI

---



---

**kreivės** VILNIUS  
QUEER  
FESTIVAL

ASOCIACIJA IN CORPORE



## „Išklausyk“

Astrid Bussink, 2017, Olandija

**Tema:** šeima, LGBTQI, smurtas, skyrybos, vienišumas, pabėgėliai, pabėgėlių stovyklos, patyčios.

**Metodas, tinkantis šiems dalykams:** etikai, pilietinio ugdymo pamokoms.

**Grupės dydis:** iki 30 žmonių.

**Trukmė:** 15 min., 40 min. aptarimui, 30 min. tęstinė užduotis.

**Susijusios teisės:** teisė į globą, teisė į asmeninį gyvenimą, teisė į saviraišką, teisė į saugią aplinką.

***Pastaba.** Ši metodinė priemonė yra tik rekomenduojamojo pobūdžio, padedanti mokytojams pamokų metu atskleisti temą. Užduotys gali būti laisvai pasirenkamos individualiai arba interpretuojamos.*

## UŽDAVINIAI:

1. Remiantis filmu bei metodologija, suteikti galimybę moksleiviams įsigilinti į įvairias gyvenimiškas ir asmenines problemas, su kuriomis susiduria vaikai.

2. Didinti socialinę įtrauktį per empatijos patyrimą.
3. Didinti empatiško bendravimo ir aktyvaus klausymo supratimą.

## PASIRUOŠIMAS:

## VEIKLŲ TVARKARAŠTIS:

UŽDUOTIS	LAIKAS	KOKIŲ PRIEMONIŲ REIKIA?
Pasiruošimas filmo peržiūrai		Pasiruošta tema, popieriaus lapas, rašiklis
Įžanga		Atspausdinta dalomoji medžiaga moksleiviams
Filmo peržiūra		Pasiruoštas rodymui filmas, kompiuteris, ekranas, multimedija projektorius, popierius, tušinukai
Diskusija remiantis filmu, susiejant su realiu moksleivių gyvenimu		Pasiruošti klausimai ir būdai, kaip įtraukti kuo daugiau vaikų
Apibendrinimas		-
Tęstinė užduotis		A3 arba A2 popieriaus lapai, markeriai

**Reikalingos priemonės:** Metodologija, popieriaus lapas, rašiklis, dalo-  
moji medžiaga.

## FILMO APRAŠYMAS:

Gyvenimas kartais gali pasirodyti nepakeliamas, ypač kai augi. Ir ne visa-  
da lengva, o kartais neturi net galimybių apie savo problemas pasipasako-  
ti draugams ar tėvams. Laimė, gali paskambinti Vaikų linijai, kuri visuomet  
tave išklausys. Spalvingame filme vaikų skambučių įrašus lydi gražiai pokal-  
bių toną reflektuojantys vaizdai. Kartais juokingi ir išdykę, bet dažniausiai  
- liūdni ir sukrečiantys.

Filme gvildenamos temos, susijusios su vaikų saugumu, tėvų skyrybo-  
mis ir pykčiais namuose. Kartais į pagalbos liniją paskambinę vaikai sunkiai  
renka žodžius kalbėdami apie jų laukiančius svarbius sprendimus, kartais  
guodžiasi, kad namie nebesijaučia kaip namie. Yra vaikų, kurie pyksta ant  
pasaulio, nes nesupranta savęs, jiems reikia pagalbos. Smurtas, patyčios  
-kartais vaikai to griebiasi, nes jaučiasi prislėgti. „Homikas“ - vienas iš vaikų  
bijo, kad tėtis jį taip vadins, nes taip vadina prastus vairuotojus. Kitas vaikas  
liūdi, kad turi išsikraustyti - jau kelintą kartą! - iš pabėgėlių stovyklos. Jis bijo  
ateities, bijo, kad dar kartą išsikraustęs jau nebesusiras naujų draugų, o ir  
širdį skauda, kad senuosius turi palikti.

Trumpas, tačiau labai paveikus filmas, padedantis kalbėti ir su mokiniais  
ir su suaugusiais apie tai, kas šiuolaikiniam vaikui skauda ir svarbu.

## FILME APTARIAMA PROBLEMA IR JOS KONTEKSTAS

(SKIRTA MOKYTOJAMS LENGVAU PASIRUOŠTI TEMAI):

### Pabėgėliai

Tai žmonės, kurie bėga nuo karinių konfliktų ir persekiojimo. Tarptautinė  
teisė apibrėžia pabėgėlių statusą, juos saugo ir reikalauja, kad pabėgėliai  
nebūtų išsiųsti iš šalies ar grąžinti į tokias situacijas, kai kyla pavojus jų lais-  
vei ir gyvybei. Pabėgėlio gyvenimą gali būti sunku įsivaizduoti, tačiau beveik  
20-čiai milijonų žmonių visame pasaulyje tai – siaubinga tikrovė.

Egzistuoja skirtumas tarp terminų „pabėgėlis“ ir „migrantas“. Migrantai  
nusprenžia pakeisti gyvenamąją vietą ne dėl tiesioginės įkalinimo ar mir-



ties grėsmės, bet daugiausia norėdami pagerinti savo ir savo šeimų gyveni-  
mo sąlygas. Priešingai nei pabėgėliai, jie laikomi turinčiais galimybę saugiai  
grįžti namo, kur juos gintų ir globotų valstybė.

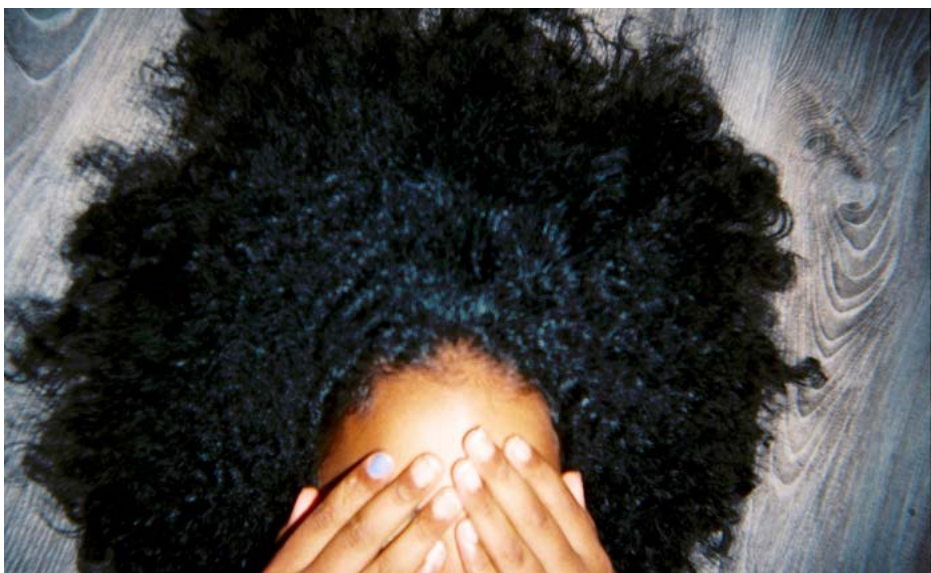
UNHCR Jungtinių tautų pabėgėlių agentūros informacija [http://www.un-  
hcr.org/neu/lt/apie-mus/kam-padedame/pabegeliai](http://www.unhcr.org/neu/lt/apie-mus/kam-padedame/pabegeliai)

### Skrybos

Skrybos yra krizinė patirtis visai šeimai – tiek vaikams, tiek ir besiski-  
riantiems tėvams. Skrybų metu tėvams kyla aibė asmeninių sunkumų –  
tai pyktis, gėda, liūdesys, nusivylimas, prarastos viltys bei ateities svajonės,  
prisitaikymas prie pakitusios socialinės ir finansinės situacijos, akistata su  
artimųjų ir visuomenės spaudimu, nerimas dėl ateities.

Tačiau neabejotinai reikšmingiausias ir sudėtingiausias uždavinys - vaikų  
prisitaikymas prie naujos situacijos.

Pirmiausia svarbu suvokti, kad susitaikymas su skyrybomis yra procesas  
ir trunka tam tikrą, ne visiems vienodą, laiko tarpą, tad nerealu tikėtis, kad  
viskas įvyks akimirksniu. Reikia laiko, kol vaikas priima naują situaciją ir su ja  
susitaiko, jau nekalbant apie tai, kad patiems tėvams to laiko reikia iš naujo  
išmokti bendrauti su buvusiu sutuoktiniu.



Gera žinia, kad remiantis įvairių tyrimų duomenimis, apie 80 proc. vaikų sugeba įveikti šią krizę ir užaugę geba megzti ir palaikyti tvirtus artimus santykius, o vaikystėje išgyventas sunkus laikotarpis lieka tik prisiminimas. Tačiau, deja, penktadalis vaikų patiria užsitęsusių psichologinių ir socialinių sunkumų, kurie dažnai išlieka ir suaugus. Skyrybas skaudžiai išgyvena įvairaus amžiaus vaikai. Mitas, kad vyresni paaugliai jų neišgyvena.

Svarbu suprasti, kad tie tėvai, kurie sugeba susitarti ir kalbėtis tarpusavyje bei su vaikais, stengiasi atliepti jų geriausias interesus, tad turi prielaidas sukurti gerus santykius su vaiku, o jis lengviau gali išgyventi skyrybų krizę ir bendrauti su abiem tėvais.

Parengta pagal Šeimos ir asmens saviugdos centro „Bendrakeleiviai“ informaciją.

### Patyčios

Patyčios – įvairus elgesys, kai vaikai žemina, skaudina vieni kitus. Tai gali būti kabinėjimasis, pravardžiavimas, erzinimas, stumdymas, mušimas, pinių atiminėjimas, kuprinės, sąsiuvinų ar kitų daiktų atiminėjimas, apkalbinėjimas, ignoravimas, gąsdinimas, piktų, erzinančių SMS žinučių ar elektroninių laiškų siuntinėjimas.

Kartais patyčios gali atrodyti panašios į draugų pajuokavimus ar draugiškus patraukimus per dantį. Tačiau patyčios nėra humoro forma! Kai juokaujama, linksma būna abiem žmonėms, o tyčiojantis linksma tik vienam vaikui – kitas tuo metu jaučiasi labai įskaudintas.

### Svarbiausi patyčių ypatumai :

- Patyčios apima tyčinius veiksmus. Tai reiškia, kad vaikas, kuris tyčiojasi, dažniausiai supranta, kad savo veiksmais skaudina kitą ir daro tai sąmoningai.
- Šis elgesys yra pasikartojantis. Agresyvus veiksmas, kuris įvyko vieną kartą, dar nėra patyčios. Patyčiomis vadiname tą elgesį, kuris vyksta sistemingai tam tikrą laiką.
- Patyčių situacijoje yra psichologinė ar fizinė jėgos persvara. Vadinausi, puolamas vaikas jaučiasi silpnesnis už skriaudėjus ir negali nuo jų apsiginti. Pavyzdžiui, vaikas yra skriaudžiamas fiziškai stipresnio vaiko, arba vienas vaikas puolamas kelių žmonių ir kt. Taigi patiriančiajam patyčias sunku pačiam išspręsti šią problemą, todėl būtina, kad į tai įsitrauktų ir jam pagelbėtų kiti žmonės.

Parengta pagal Vaikų linijos kampanijos „Be patyčių“ informaciją [www.bepatyciu.lt](http://www.bepatyciu.lt)

### Vaikų linija

Vaikų linija Lietuvoje - tai emocinės paramos tarnyba vaikams ir paaugliams, teikianti nemokamą ir anoniminę pagalbą telefonu bei internetu. Organizacija įkurta 1997 m. Emocinę paramą vaikams ir paaugliams teikia daugiau nei 250 konsultantų, kurių didžioji dalis – specialius mokymus baigę savanoriai.

Vaikų linija kviečia kreiptis vaikus, kurie susidūrė su sunkumais, nesutaria su draugais, tėvais ar mokytojais, patiria prievartą, patyčias, jaučiasi vieniši ar nori su kuo nors pasitarti.

### Teikiama pagalba yra:

**Anoniminė** – paskambinus ar parašius į Vaikų liniją, nereikia prisistatyti;

**Konfidenciali** – tai, ką vaikas pasakoja, neišeina už tarnybos ribų – tai

reiškia, kad niekas kitas nesužinos, apie ką vaikas kalbėjo ar parašė;

**Nemokama** – pagalba tiek telefonu, tiek internetu yra nemokama.

Taigi į skambutį atsiliepęs ar į laišką atsakęs konsultantas yra pasiruošęs suprasti ir padėti pasijusti geriau.

Į Vaikų liniją galima kreiptis pagalbos kasdien nemokamu telefono numeriu 116 111 (nuo 11 iki 23 val.), parašyti laišką arba susisiekti pokalbiais internetu.

Parengta pagal „Vaikų linija“ informaciją: [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt)

## DETALUS METODO APRAŠAS (VEIKSMAI IŠ EILĖS) FILMO PERŽIŪROS IR APTARIMO METU



### ĮŽANGA

Moksleiviai pakviečiami pažiūrėti dokumentinį trumpametražį filmą, o paskui jį aptarti. Trumpai pristatoma filmo tematika: vaikai, paskambinę į Vaikų liniją, pasakoja apie tai, kas jiems skauda ir su kokiomis asmeninėmis ir gyvenimiškomis problemomis tenka susidurti. Kviečiama pabandyti įsiklausyti ne tik į vaikų pasidalijimus, bet ir į konsultantės pagalbą išklausančiam, leidžiant išreikšti įvairias emocijas ir jausmus.

### FILMO APTARIMAS

- Klausimai, kuriuos galima užduoti aptariant filmą su moksleiviais:
- Kas šiame filme pasirodė svarbu jums?
- Kaip manote, kodėl šie vaikai pasirinko skambinti į Vaikų liniją, o ne kalbėtis su artimaisiais?
- Ko norėtumėte iš suaugusiųjų, iš tėvų, kad vaikai galėtų kalbėti ir aptarti sunkumus su jais?
- Su kokiais skaudžiais dalykais susiduria mergaitė, išgyvenusi skyrybas? Berniukas iš pabėgėlių stovyklos? Patyčias išgyvenantis vaikas?
- Kuo Vaikų linijos savanorė jiems labiausiai padėjo?
- Ką galima daryti tada, kai yra sunku, vieniša ir liūdna? Kas dar tokiais atvejais gali padėti vaikams?



### UŽDUOTIS

#### Pristatyti informaciją apie išklausymo svarbą.

Visi žmonės, kad ir kokio amžiaus būtų, nori būti išklaustyti, suprasti ir vertinami. Dažnai bendravimui palengvinti griebiamasi įvairių priemonių: alkoholio, narkotikų ir t.t. Tačiau labiausiai bendrauti trukdo tai, kad kitas žmogus mūsų neklauso.

Klausytis nėra lengva. Gaunamą informaciją žmogus vertina pagal savo patirtį ir nuostatas. Kai mus pasiekia informacija, prieštaraujanti mūsų įsitikinimams, vertybėms, nuomonėms, prietarams, galime jos net nesuvokti. Kartais girdime tik tai, kas atitinka mūsų norus ir siekius. Svarbu žinoti, kad:

- Sunku bendrauti, kai mus yra užvaldžiusios stiprios emocijos. Tiek malonūs, tiek nemalonūs jausmai trukdo mums klausytis. Klausytis trukdo ir nuovargis, nes klausymasis reikalauja dėmesio ir koncentracijos. Klausymuisi gali trukdyti net kvapai ir skonio pojūčiai.
- Labai daug netinkamų reakcijų stabdo norą išsipasakoti, trukdo klausytis ir kenkia santykiams: grasinimai, liepimai, įsakinėjimai, kritika, gėdinimas, kvotimas, vertinimas, pamokslavimas, moralizavimas, diagnozavimas, analizavimas, vengimas, temos pakeitimas, raminimas, linksminimas,

loginis įtikinėjimas, patarinėjimas, lyginimas. Prisiminkime patys – tikriausiai teko susidurti su tokiais žmonėmis, kuriems labai sudėtinga ką nors papasakoti, nes jie nesiklauso arba lyg ir klauso, bet negirdi.

Aktyvus klausymasis – tai toks bendravimo būdas, kai klausytojas reiškia iniciatyvą ir dalijasi atsakomybe su kalbančiuoju, stengdamasis suprasti pasakytų žodžių turinį ir kalbėtojo jausmus. Todėl labai svarbu mokėti susikaupti ir mokėti laukti. Klausantis siekiama išgirsti mintis ir žodžius, tačiau jie nėra komentuojami ar vertinami.

### **Kaip galime klausytis aktyviai?**

Paskatinkime. Tokie žodžiai kaip „aha“, „suprantu“, „na, ir?“ ir pan. skatina pasakotoją kalbėti toliau. Skatinti galima ir kitaip, nebūtinai žodžiais, kartais užtenka palinkti į priekį, linktelėti galvą ar tiesiog pažiūrėti į akis.

Užduokime klausimų, kurie skatintų pašnekovą kalbėtis. Tinkamiausi yra atviri klausimai. Tokie klausimai prasideda žodeliu „kas“, „ką“, „kur“, „kada“, „kaip“. Šie klausimai padeda atsiskleisti ir kalbėtojui pačiam save geriau suprasti.

**Pasiaiškinkime.** Jei norime pasitikslinti, ar teisingai supratome, arba norime sužinoti daugiau, galime paklausti, paprašyti patikslinti.

**Paaškinę apie klausymąsi, pakvieskite moksleivius praktiniam užsiėmimui.**

Kiekvienas moksleivis turi sugalvoti trumpą poros minučių pasakojimą. Tema pasirenkama laisvai, savo nuožiūra. Kad būtų lengviau, galima pasiūlyti pasekti vaikystės pasaką arba pristatyti savo mėgstamą užsiėmimą (kompiuteriniai žaidimai, žvejyba, automobiliai ir pan.), papasakoti matyto filmo siužetą ar atsitikimą ir kt.

Pratimas atliekamas poromis, todėl moksleiviai kviečiami susėsti po du vienas priešais kitą.

Poroms pateikiama instrukcija

„Dabar vienas asmuo poroje pasakos pasakojimą, o kito tikslas – įdėmiai klausytis, skatinti kalbėti ir stengtis kuo geriau viską suprasti. Pabaigus užduotį, turėsite pasikeisti poroje vietomis ir atlikti tą patį.“

### **Aptarimas**

- Aptarimo metu reikia atkreipti dėmesį į pasakotojo savijautą, kai kitas asmuo jo klausosi, ką tada norisi daryti, kokių emocijų kyla?
- Koks besiklausančiojo elgesys rodo, kad jis klausosi?
- Kas padeda ir kas trukdo aktyviai klausytis kito asmens?

Metodinę medžiagą parengė psichologė, organizacijos Psichikos sveikatos perspektyvos direktorė Karilė Levickaitė