

## MITAS: "Paėmiau diržą, nes niekas kitas nebeveikia"

Netiesa, greičiausiai ne viskas dar buvo išbandyta arba išbandyta nenuosekliai ar netinkamai todėl ir nesuveikė. Yra įvairių ne smurtinių būdų sudrausminti, kuriuos sėkmingai naudoja daugelis mamų ir tėčių.

### Ką daryti tėvams:

- Išmesti fizinės bausmės iš savo vaikų drausminimo ir auklėjimo sąrašo ir niekada gyvenime jų nebenaudoti nesvarbu kokia beviltiška situacija neatrodytų.  
*Niekada.*
- Drausminant naudoti pasekmių metodą, jausmų supratimą ir priėmimą, tinkamo elgesio pamokinimą, taisyklių ir susitarimų įvedimą bei pagalbą jų laikantis, pagyrimą ir pasidžiaugimą vaikui rodant tinkamą elgesį.
- Apsilankyti pozityvios tėvystės įgūdžių mokymuose ir kartu su kitais tėvais atrasti būdų drausminant vaikus ne smurtiniais metodais.

## MITAS: "Jei neduosiu diržo, vaikas užlips ant galvos"

Tiesa ta, kad dažnai vaikai nenori tėvams "užlipti ant galvos". Dažniausiai jie nori išreikšti savo nuomonę, savo norus, kurie gali nesutapti su tėvų. Tokiu būdu vaikai mokosi savarankiškumo, konkuravimo, derybų meno. Vaikai nenori sumenkinti tėvų autoriteto, tiesiog jie irgi nori būti išgirsti.

### Ką daryti tėvams:

- Pirmiausiai nepriimti asmeniškai, kad vaikas kėsina į mūsų autoritetą.
- Suprasti, kad vaikas dar tik mokosi, kaip pasiekti, ko jis nori ir kad nepavykus gali supykti ir nusiminti.
- Padėti vaikams atskirti koks jų elgesys yra tinkamas siekiant savo tikslo, o koks – ne.
- Išlaikyti autoritetą tvirtu, bet draugišku tonu, pavyzdžio rodymu, pagalba vaikui išmokti išgirsti kitą.

## *Mitai apie vaikų baudimą fizinėmis bausmėmis*



## MITAS: “Įkrėčiau beržinės košės, nes draugė taip patarė”

Tiesa ta, kad apėmus bejėgiškumo jausmui, kai rankos jau svyra ir niekaip nepavyksta susitarti su savo vaiku, svarbu gauti palaikymą ir patarimų kaip elgtis. Tiesa ir ta, kad patarimus reikia atsirinkti, nes ne visi jie yra tinkami Jūsų vaikui, o kai kurie yra netinkami nei vienam vaikui apskritai.

### Ką daryti tėvams:

- Suprasti, kad jei “*visi taip daro*”, nebūtinai tai tikrai yra tinkamas ir geras būdas.
- Atsirinkti, kurie patarimai yra drausminimas, o kurie – vaiko fizinės ar emocinės kančios sukėlimas.
- Apsilankyti pozityvios tėvystės įgūdžių mokymuose ir kartu su kitais tėvais atrasti būdų drausminant vaikus ne smurtiniais metodais. Ir tą draugę, kuri patarė duoti vaikui beržinės košės, irgi pasiimti kartu.

## MITAS: “Kai gavo per užpakalį, iškart apsiramino. Tai veikia!”

Tiesa ta, kad tikrai apsiramina, paklusta, pakeičia elgesį. Tačiau tiesa ir ta, kad taip atsitinka dėl išgąščio, baimės, sukulto skausmo, o ne todėl, kad vaikas suprato, jog taip elgtis buvo netinkama. Tiesa ir ta, kad tai neturi ilgalaikio poveikio ir kitą kartą panašioje situacijoje vaikas vėl pasielgs taip pat netinkamai.

### Ką daryti tėvams:

- Suprasti, kad drausminimas sukeliant vaikui fizinį skausmą ir pažeminimą jokiose situacijose nėra tinkama priemonė.
- Žinoti, kad tokia bausmė kenkia geram santykiui tarp vaiko ir tėvų, vaikas pradeda bijoti tėvų, nepasitiki jais.
- Jei vaikas neklauso, yra apimtas stiprių jausmų, pirmiausiai reikia jį nuraminti, tada pasakyti ką netinkamo jis padarė, po to pasakyti koks elgesys būtų tinkamas tokioje situacijoje, o vaikui pasielgus tinkamai – pagirti jį už tai.

## MITAS: “Visi esame gavę diržo ir tai nesutraumavo mūsų visam gyvenimui”

Tiesa ta, kad fizinės bausmės tikrai buvo ir yra naudojamos gana plačiai. Apie 50% Lietuvos suaugusiųjų vis dar mano, kad tai yra tinkama priemonė drausminant ir auklėjant vaikus. Tačiau tiesa ir ta, kad tai tikrai vienaip ar kitaip paveikia kiekvieną gavusįjį diržo. Fizinės bausmės tikrai menkina savivertę, griaua saugų ir pasitikėjimu pagrįstą santykį su savo tėvais, sukelia pyktį ir kaltės jausmą, slopina spontaniškumą ir iniciatyvumą, sukelia norą keršyti ir t.t.

### Ką daryti tėvams:

- Pakeisti savo nuostatą, kad fizinės bausmės nekenkia vaikui. Nes tikrai kenkia.
- Priimti ir atleisti, kad mūsų pačių tėvai kažkada buvo netobuli ir pridarė klaidų mūsų auklėjime.
  - Leisti savo vaikams turėti galimybę užaugti drąsesniais, kūrybiškesniais, iniciatyvesniais, labiau pasitikinčiais savimi ir supančiais žmonėmis.