

AKCIJA JAUNIMUI „PRIIMK MANE TOKĮ, KOKS ESU“

Trakų rajono savivaldybės pedagoginė psichologinė tarnyba, siekdama paminėti **Tarptautinę tolerancijos dieną** (lapkričio 16 d.), vykdė akciją jaunimui „Priimk mane tokį, koks esu“. Akcijoje dalyvavo Trakų rajono mokyklos.

Akcijos turinį sudarė „Oliverio laiško“ skaitymas klasėse ir mokinių refleksijos.

OLIVERIO LAIŠKAS

Labas,

aš nežinau, kam rašau šį laišką, ir galbūt jo niekas niekad neperskaitys. Galbūt šie žodžiai nepalies nė vieno iš jūsų, o galbūt jie bus perskaityti ir atidėti į šalį, o gal net suplėšyti. Tačiau aš nebegaliu tylėti. Nebegaliu kentėti. Gana.

Mano vardas Oliveris ir aš ne toks kaip visi vaikai. Dar būdamas mažas, aš pradėjau girdėti tokias frazes, kaip „visi vaikai kaip vaikai, o Tu...“.

Tuomet aš nesuprasdavau, kodėl iš visų vaikų esu išskiriamas būtent aš. Nesuprasdavau, kodėl yra blogai tai, kad daug svajoju ir kartais neišgirstu, ką man pasako kiti. Kodėl yra blogai valandų valandas žiūrėti į dangų ir stebėti danguje plaukiančius įvairiaformius debesis, primenančius žemėje esančius dalykus, ar tyrinėti žemę ir joje besirausiančias įvairias gyvas būtybes. Šias veiklas aš rinkdavausi vietoj žaidynių su kamuoliu ar slėpynių su kitais kiemo vaikais. Nors ne. Man net nereikėdavo rinktis. Juk manęs vis tiek niekas nekviisdavo. O ir su kamuoliu aš nelabai tepažaisdavau, nes nemokėjau jo pagauti arba, nesuprasdamas žaidimo taisyklių, imdavau žaisti savaip. Tai pastebėję vaikai nebepriimdavo manęs į bendrą žaidimą, o man pasirodžius jų akiratyje, matydavau įsmeigtus į mane pirštus.

Pradėjęs lankyti mokyklą savo išvaizda niekuo neišsiskyriau iš kitų vaikų. Buvau vidutinio ūgio, įprastos išvaizdos berniukas. Kaip ir visi vaikai, norėjau išmolti daug naujų dalykų ir būti protingas.

Ilgainiui pastebėjau, kad mokytojai mane vis rečiau kviečia prie lentos. Iš pradžių sėdėjau antrame suole, tačiau nepastebimai atsiradau paskutiniajame, kuriame ir taip nesimatydavo mano nedrąsiai keliamos rankos. Iš visų bendraklasių aš visuomet prasčiausiai rašydavau kontrolinius darbus, nes užduotys man atrodydavo pernelyg sudėtingos, o laiko jas atlikti visuomet būdavo per mažai.

Kad ir kaip aš stengiausi, man sunkiai sekėsi įsiminti ir naudotis tomis žiniomis ir informacija, kuri kitiems atrodė savaime suprantama. Kartais baimė ir įtampa, kurias patirdavau kontrolinių darbų metu, būdavo stipresnės už vakarykštį ruošimąsi – darbui skirtą lapą palikdavau tuščią, neparašydamas nė žodžio.

Nuo tada aš nustojau laukti, kada bus įvardinti geriausiai darbus parašę mokiniai. Juk tame mokinių sąrašė niekuomet neatsirasdavo mano pavardė, o savo darbo įvertinimą aš jau žinodavau dar nė neatsivertęs sąsiuvinio – bendraklasių pašaipūs komentarai ir žvilgsniai buvo daug iškalbingesni už mokytojų parašytas pastabas.

Taip aš tapau nematomas ir manyje vis labiau augo įsitikinimas, jog esu nevykėlis. Kad ir ką bedaryčiau, man vis vien nepavyksta būti tokiu, kaip visi.

Kiekvienas apsilankymas mokyklos valgykloje man būdavo išbandymas, nes mano buvimas ir valgymas prie bendro pietų stalo tapdavo vaikus atgrasančiu veiksmu, skatinančiu juos atsitraukti ir persėsti prie gretimo stalo. Mintyse vis klausdavau savęs: „Kodėl? Ką blogo padariau kitiems? Kaip turėčiau elgtis, kad pritapčiau?“. Deja, atsakymų

neišgirdavau, nes juos užtildydavo man sugalvotos pravardės, kurias net nesistengdamas išmokdavau mintinai.

Aš džiaugdavausi, kai kam nors kažko iš manęs prireikdavo, tačiau ilgai nesupratau, kad vaikai tą daro siekdami asmeninės naudos arba norėdami sukurti dar vieną pretekstą pašiepti mane prieš visą klasę. Susidraugavę su manimi ir vaidindami mano bičiuliais, jie išduodavo mane pirmai progai pasitaikius, kad tik kiti neįtartų, jog jie bendrauja su klasės nevykėliu.

Nedaugelis žinojo, kad man nuo vaikystės pasireiškianti prasta motorinė koordinacija, negalėjimas ilgesnį laiką susikaupti ties atliekamu darbu ir silpna atmintis yra įgimti dalykai, dėl kurių aš nepajėgiu mokytis taip, kaip visi vaikai. Šių savybių aš nesirinkau ir niekuomet specialiai nesielgdavau taip, kad ką nors paerzinčiau ar sulaukčiau bendraklasių dėmesio. Priešingai, aš darydavau viską, kad tik neišsiskirčiau iš kitų. Kad tik galėčiau būti klasės dalimi. Kad tik pritapčiau ir atrodyčiau žmogus kitų akyse.

Šiuo laišku aš skatinu atkreipti dėmesį į jūsų aplinkoje esančius žmones. Į tuos, kurie yra labiausiai atstumti, tačiau paslapčia svajojantys būti tokie, kaip jūs. Būti jūsų draugais. Būti gerbiama ir toleruojama mokyklos bendruomenės dalimi.

Su viltimi ir tikėjimu -
Oliveris

**PALUKNIO „MEDEINOS“ GIMNAZIJOS MOKINIŲ MINTYS
LAIŠKUOSE OLIVERIUI**

8 klasė

Glorija:

Žmonės mokosi iš savo klaidų, ir tie, kurie Tave žemino, skriaudė, šaipėsi iš Tavęs, vieną dieną supras, jog elgėsi labai negražiai. Viskas, ko Tau reikia, - tai pasitikėjimas. Pasitikėk savimi ir ateitimi!

Diana:

Visada atsiras žmogus, kuris pamils Tave tokį, koks esi. Juk ne šiaip Dievas Tave tokį sukūrė. Tad patariu neliūdėti dėl to, kad neturi draugų. Linkiu jų susirasti, bet ne prisiplakėlių, o tikrų.

Titas:

Bendraudami po truputį drąsėjom ir „atmosfera“ aplink mus keitėsi. Aplinkiniai vis mažiau šaipėsi, kai kurie tapo draugais. Mano manymu, niekas negimsta su drąsa. Kai kuriems tiesiog lengviau tokiems būti.

I G klasė

Martynas:

Noriu tau paaiškinti, kaip gerai jaustis mokykloje. Mokykla - tai vieta, kurioje tikrai visada gerai nesijausi. Čia vyksta dramos, konfliktai, muštynės, pirmoji meilė atsiranda širdyje. Mokykloje Tu ir kiti pradėdate augti ir bręsti... Svarbu būti tolerantišku, tada bus lengviau susirast naujų draugų ir šiaip bus lengviau bendrauti su žmonėmis. Man irgi pirmaisiais metais buvo sunku, bet užsispyrimo ir didelio noro susirasti draugų pagalba

susikūriau nuostabią aplinką klasėje ir susiradau nuostabių draugų... Stenkis, nepasiduok ir viskas pavyks.

Agata B.:

Įsigilinau į Tavo problemą. Net susigraudinau. Nesu to patyrusi, bet visada bandydavau padėti nuskriaustiems, o kitus ragindavai būti tolerantiškais. Aš Tau patarčiau susirasti bendraminčių ir surasti bendrą kalbą, nebijoti atsiverti kitiems. Taip pat susirasti papildomą užsiėmimą kitokia veikla.

Simona:

Tolerancija labai svarbi kiekvienoje įstaigoje kiekvieną dieną. Manau, kad kiekvienas asmeniškai galėtų stengtis būti tolerantišku.

Donata:

Man labai gaila, kad vyksta tokie dalykai. Kiekvienoje mokykloje būna patyčių... Mano mokykloje jų beveik nėra, nors retkarčiais pasitaiko. Buvo momentų, kai aš jaučiausi kaip Tu, bet stengiausi nekreipti į tai dėmesio. Ir žinai ką? Viskas praėjo. Tu pasistenk su kuo nors apie tai pasikalbėti, išsipasakoti. Ir galiausiai Tu nesijaudink, o pradėk labiau pasitikėti savimi.

Artūras:

Man labai įdomu, kodėl Tave mato kitoki. Juk visi žmonės yra tokie patys. Aš irgi galvojau, kad esu kitoks, kol nepradėjau bendrauti su kitais vaikais. Tada supratau, kad visi vienodi ir turi bendrų interesų. Siūlau Tau pabendrauti su kitais žmonėmis ir Tu suprasi, kad Tu niekuo nesiskiri ir Tau bus lengviau pritapti klasėje.

Gabrielius:

Tau reikia būti savimi. Bandyti bendrauti. Būk draugiškas. Dėl kontrolinių darbų – tai bandyk pasikartoti, perskaityti vadovėlyje, įsiminti, kas, Tavo manymu, svarbiausia. Tai padės Tau gauti gerų pažymių ir daugiau informacijos.

Agata G.:

Visi žmonės yra skirtingi išvaizda, charakteriu, skirtingai bendrauja. Mano manymu, tai nėra blogai. Svarbu rasti sau artimą žmogų ir neprarasti jo.

Julija:

Mano nuomone, visi, absoliučiai visi, yra skirtingi. Kiekvienas ras žmogų, artimą sau, su kuriuo jausis gerai ir galės nekreipti dėmesio į tuos, kurie jo nepriima. Niekada nebijok naujų pažinčių, nes nauji žmonės padės pasikeisti arba atrasti naujų savo bruožų.

Miglė:

Negalvok, kad esi kitoks. Būk toks, koks esi. Tiesiog būk savimi. Nekreipk dėmesio į tai, ką kiti apie Tave mano, į kalbas už nugaros. Teko girdėti mintį, kad, jei tave apkalba, tai kažkam tu rūpi. Todėl pagalvok – gal Tu turi tai, ko jie niekada neturėjo?

Kamilis:

Tavo laiškas man padarė išpūdį. Aš Tau pasiūlyčiau įsigilinti į savo mintį, kad nori pasikeisti.

II G klasė

Patricija:

Ir tikrai nėra būtina pritapti prie kitų. Tiesiog galima bandyti nekreipti dėmesio į patyčias. Galima pradėti lankytis pas psichologą, jam papasakoti apie savo išgyvenamas patyčias - gal psichologas Tau galės kažkuo padėti. Tai sėkmės!

Auksė:

Norėčiau Tau patarti nebekreipti dėmesio į tai, ką sako kiti. Pamilki savo trūkumus ir supraski, kad visi esame lygūs. Tu nesi vienas. Tu esi unikalus ir ypatingas, tik tie žmonės, kurie iš Tavęs tyčiojasi, to nemato. Mylėki save, mylėki savo priešus ir pamatysi, kaip ateityje viskas pasikeis.

Gabija:

Pamilk savo trūkumus. Būk tas, kas iš tikrųjų esi. Pasaulyje begalė vaikų, kurie savo būdu, charakteriu panašūs į Tave. Tau nereikia išgyventi, kad esi kitoks negu Tavo bendraklasiai. Visi mes skirtingi, tad parodyk visiems, koks esi, ir tikrai rasi daug draugų.

Simonas:

Nereikia pritapti prie kažko. Stenkis būti kitoks, įdomesnis nei visi kiti, bendrauk su vaikais iš kitų mokyklų. Pabandyk susidomėti sportu, pradėk sportuoti - tiesiog stenkis atsiskleisti kitoje srityje. Nepasiduok trumpalaikiam ryšiui, kai kažkam kažko iš Tavęs reikia (pavyzdžiui, naudos). Nereikia galvoti, kad esi nevykėlis. Atvirkščiai, patikėk savimi.

III G klasė

Justina:

Nesistenk būti toks, kaip kiti, nes žmonės yra skirtingi, kiekvienas savaip ypatingas. Galvoju, kad Tau reikėtų pasišnekėti su artimais žmonėmis, galbūt jie patars, ką daryti ir kaip elgtis.

Erika ir Edvinas:

Tu negali nuleisti rankų ir pasiduoti! Reikia įsidrąsinti ir nebijoti paprašyti suaugusių pagalbos. Su pagalba Tau bus daug lengviau, Tu parodysi, kad gali būti toks, kaip visi. Visi su laiku supranta, ką daro blogai, supras ir Tavo bendraklasiai, jeigu parodysi, jog nesi pastumdėlis ir niekam tikęs.

IV G klasė

Giedrė:

„Visi vaikai kaip vaikai, o Tu...“ – perskaitau laiške ir susimąstau, kad tokie žodžiai išties nėra praleidžiami pro ausis. Vaikystėje dar besiformuojančias asmenybes tokios frazės labai paveikia psichologiškai, dėl ko augant kyla ne tik baimė nepritapti prie aplinkinių, tačiau didėja ir nepasitikėjimas savimi, manymas, kad kiti gali padaryti daugiau už juos, kad jie nusimano daugiau, moka daugiau... Tokiame amžiuje vaikai yra lyg trapios lėlytės, kurios lengvai gali sulūžti nuo neatsargaus judesio. Šiuo palyginimu noriu pasakyti, jog vaikystėje besiformuojant jų asmenybėms, iš aplinkinių vaikai turėtų sulaukti ne kažkokios nemalonios frazės, bet kaip tik kuo daugiau šiltų ir palaikančių

žodžių, kurie skatintų nebijoti pasirodyti kitokiems. Kartu norėčiau pridurti, jog ir aš vaikystėje dažnai girdėdavau šią frazę. Tuomet nesuprasdavau, kodėl turiu lygiuotis į kitus vaikus, daryti viską lygiai taip pat, kaip daro jie. Kildavo minčių, jog tos asmenybės yra labiau mėgstamos negu aš. Tačiau kad ir kaip buvo, didžiulių padarinių šie dalykai man nepadarė, aš išlikau drąsus ir savimi pasitikintis vaikas. Tai rašydama, noriu Tave paskatinti tokius menkinančius pasakymus tiesiog praleisti pro ausis. Žinau, kad tai padaryti nėra lengva, tačiau reikia pasistengti suprasti, kad niekas kitas, tik Tu pats žinai, koks esi iš tikrųjų, kokios Tavo savybės yra geriausios ir ką Tu geriausiai sugebi. Taip po truputį imsi stiprinti ne tik pasitikėjimą savimi, tačiau ir tapsi savita asmenybe.
