

# KĄ DARYTI SUŽINOJUS APIE PATYČIAS?

## Rekomendacijos tėvams

Sužinojus, kad Jūsų vaikas vienaip ar kitaip susijęs su patyčiomis, Jums gali kilti daug prieštaringų jausmų. Bet turėkite galvoje, kad nepaisant to, ar Jūsų vaikas tyčiojosi, patyrė patyčias ar tik stebėjo jas, jam galbūt teko išgyventi daug nemalonių emocijų: pyktį, gailęstį, nerimą, nevilgtį ir pan. Taigi, nors normalu, kad netikėta žinia Jus nuliūdino ar supykde, prieš kalbėdamiesi su vaiku būtinai nusiraminkite. Pernelyg stiprios Jūsų emocijos gali vaiką išsigąsdinti, versti teisintis, ieškoti kaltųjų ar išsižadėti savo ankstesnio pasakojimo.

### Ką daryti, kai vaikas patiria patyčias?

*Sužinojus, kad iš Jūsų vaiko tyčiojasi, svarbu laikytis nuostatos, kad vaikas dėl to nekaltas. Nesiūlykite jam nekreipti dėmesio į patyčias, nesakykite, kad jis išsigalvoja, ir pan.*

*Kalbėdamiesi su vaiku pasinaudokite šiais patarimais:*

- **Sužinoję apie patyčių faktą pasistenkite išlikti ramūs.** Pernelyg emociinga reakcija gali išgąsdinti vaiką.
- **Sudarykite abipusio pasitikėjimo atmosferą ir ramiai pasikalbėkite.** Leiskite vaikui papasakoti, kas vyksta. Netardykite, o uždavę klausimą palaukite, kol vaikas išdrįs atsakyti.
- **Padrąsinkite, kad pasakodamas jis elgiasi teisingai.** Pasakykite, kad niekas neturi teisės žeminti kito.
- **Neskatinkite vaiko reaguoti agresyviai, t. y. „atsakyti tuo pačiu“.** Jei Jūsų vaikas patiria patyčias, vadinasi, jis negali apsiginti vienas pats. Neįstumkite vaiko į „nesėkmės spąstus“.
- **Aptarkite su vaiku, kokių sprendimų galėtumėte imtis kartu, kad patyčios būtų sustabdytos.** Informuokite vaiką apie savo veiksmus. Asmeniškai pasikalbėkite su vaiko klasės auklėtoju ar kuratoriumi, o prireikus ir su administracijos atstovais, pagalbos teikimo vaikui specialistais (socialiniu pedagogu, psichologu). Siekdami konfidencialumo susitarkite, kad susitikimas su mokyklos darbuotojais vyktų nematant kitiems vaikams.
- **Skatinkite vaiką bendrauti su kitais, neagresyviai nusiteikusiais mokiniais.**
- **Elektroninių patyčių atveju aptarkite su vaiku, ko jis galėtų imtis, pavyzdžiui:** neatsakinėti į provokuojančias žinutes, blokuoti siuntėją, pranešti apie netinkamą elgesį ir įžeidinėjimus svetainės administratoriui.
- **Pagalvokite kartu su vaiku, ką jis galėtų padaryti pasikartojus patyčioms:** kur kreiptis, kam pranešti.

### Ką daryti, kai vaikas tyčiojasi iš kito?

*Sužinojus, kad Jūsų vaikas tyčiojasi, labai svarbu sustabdyti smurtinį elgesį:*

- **Gavę informaciją, kad Jūsų vaikas tyčiojasi, pasistenkite išlikti ramūs.** Pernelyg emociingas reagavimas gali vaiką išgąsdinti, priversti gintis, meluoti.
- **Pasakykite vaikui, kad sužinojote, kaip jis elgėsi – įvardinkite tik aiškiai žinomus faktus.**
- **Paprašykite vaiką plačiau papasakoti apie tai, kas nutiko.**
- **Paaiškinkite, kad toks elgesys – netinkamas, nepriklausomai nuo to, „kas pirmas pradėjo“.**
- **Neignoraukite netinkamo vaiko elgesio.** Priminkite jam apie elgesio taisykles, kurių privalo laikytis namuose ir mokykloje.
- **Skirkite adekvačią drausminimo priemonę.** Tai gali būti apribojimas tam tikram laikui naudotis kompiuteriu, telefonu, susitikti su draugais ar kt.
- **Pasikalbėkite su vaiko mokytojais.** Pasisiūlykite bendradarbiauti, kad būtų užkirstas kelias

tolesniam netinkamam vaiko elgesiui, kreipkitės pagalbos į kitus specialistus (psichologą, socialinį pedagogą). Atminkite, kad kalbėdamiesi su pedagogais apie netinkamą savo vaiko elgesį, Jūs stengiatės jam padėti – nesustabdytas smurtinis elgesys tik sunkėja.

## Ką daryti, kai vaikas stebi patyčias?

Sužinojus, kad Jūsų vaikas stebi patyčias, svarbu suprasti, kad toks elgesys daro vaikui žalą. Nemažai vaikų negina skriaudžiamo vaiko, nes patys bijo tapti patyčių aukomis. Nekritikuokite vaiko už tokį elgesį. Pasidžiaukite, jog vaikas tiesiogiai neprisidėjo prie patyčių, tačiau paašškinkite, kad stebėjimas taip pat yra veiksmas. Pasinaudokite šiais patarimais, kaip padėti vaikui stebinčiam patyčias:

- **Pagirkite vaiką, kad papasakojo apie tai, ką matė.**
- **Paklauskite vaiką, ką, jo manymu, galima padaryti pastebėjus patyčias.** Neraginkite pulti ginti skriaudžiamojo – juk vaikas gali bijoti, kad iš jo irgi ims tyčiotis. Drauge su vaiku išsiaiškinkite, kad pastebėjus patyčias galima: pranešti kuriam nors mokytojui, auklėtojui ar kuratoriui, socialiniam pedagogui, administracijos atstovui arba kitam mokyklos darbuotojui.
- **Paašškinkite vaikui, kad pranešdamas apie pastebėtas patyčias ar kitą smurtą, jis ne skundžia, bet informuoja.** Vaikas tai gali daryti ir anonimiškai, bendramoksliams nematant ir negirdint.
- **Padrąsinkite vaiką pranešti apie pastebėtas elektronines patyčias** svetainės administratoriui arba suaugusiajam.
- **Pasikalbėkite su vaiku, kaip jis turėtų elgtis, jei iš jo imtų tyčiotis.** Aptarkite, kas nutiktų, jei pats imtų tyčiotis.
- **Stebėkite savo vaiką ir po kurio laiko pasiteiraukite, ar jis pastebėjo dar patyčių atvejų mokykloje.**

## KUR KREIPTIS PAGALBOS?

Jūsų vaikui tapus patyčių dalyviu (skriaudžiamuoju, skriaudėju ar stebėtoju), svarbu ieškoti pagalbos. Iškilus poreikiui Jūs galite konsultuotis su:

- vaiko klasės auklėtoju ar kuratoriumi, socialiniu pedagogu, psichologu, administracijos atstovais;
- miesto ar rajono Pedagoginės psichologinės tarnybos socialiniu pedagogu ar psichologu;
- miesto ar rajono Vaiko teisių apsaugos skyrių darbuotojais.