

# AR VAIKAS PATIRIA PATYČIAS?

## Į pagalbą tėvams!



Dažnai vaikai vengia pasakoti apie patyčias ne tik mokyklos darbuotojams, bet ir tėvams ar kitiems šeimos nariams. Kai vaikas tyli, labai sunku suprasti jo jausmus, patyrimus, jo skausmą. Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad vaikui viskas gerai. Tačiau net jei vaikas sako, kad jam mokykloje viskas gerai, tai dar nereiškia, kad nepatiria patyčių arba nėra patyčių liudininkas. Jei pastebite vaiko nuotaikų ar elgesio pokyčius, verta pasidomėti, kas pasikeitė jo gyvenime.



### **Keletas požymių, kurie gali rodyti, kad vaikas patiria patyčias mokykloje:**

- grįžta iš mokyklos su sugadintais daiktais, praradęs kokį nors daiktą ar pinigus;
- turi mėlynių, įdrėskimų ar panašių žymių;
- iš namų į mokyklą ėmė vaikščioti kitu keliu;
- nenori eiti į mokyklą be jokios aiškos priežasties;
- grįžę iš mokyklos būna irzlūs, nuliūdę ar neįprastai emocingi.

## **Klausimai, kurie gali padėti išsiaiškinti, ar vaikai patiria patyčias mokykloje**

### **Jaunesniųjų klasių mokiniams:**

- Ką vaikas veikė mokykloje šiandien?
- Su kuo jis žaidė? Kokius žaidimus žaidė?
- Ar jam patiko tie žaidimai, kuriuos jis žaidė su bendraamžiais?
- Ar buvo kas nors, kas šiandien mokykloje jam nepatiko (per pamokas, ką nors veikiant su bendraamžiais)?
- Kaip sekasi vaiko bendraamžiams?
- Ar vaikas nori rytoj eiti į mokyklą?

### **Vyresniųjų klasių mokiniams:**

- Ką vaikas veikė mokykloje šiandien?
- Ką veikė su bendraamžiais pertraukų metu?
- Ar nutiko kas nors, kas šiandien mokykloje jam nepatiko (per pamokas, ką nors veikiant su bendraamžiais)?
- Ar yra kokia nors pamoka, kuri vaikui nepatinka? Kodėl?
- Ar yra mokykloje, klasėje vaikų, kurie vaikui nepatinka? Kodėl?

# KAIP PADĖTI PATYČIAS PATIRIANČIAM VAIKUI?



# Išklausykite



Jei vaikas prasitaria jums, kad patiria bendraamžių patyčias, pirmiausia išklausykite jį. Leiskite išpasakoti viską, kas jam nutiko.

Pasakodamas apie bendraamžių patyčias vaikas gali laikyti save skundiku. Būtinai pasakykite jam, kad jis gerai padarė papasakodamas jums apie tai. Patikinkite, kad vaikas bet kada gali kreiptis pagalbos į jus, ir skatinkite jį ir toliau pasakoti, kaip jam sekasi.

Kalbėkite su vaiku ir bandykite išsiaiškinti, kaip vyksta patyčios, kas tyčiojasi, kokiais būdais tyčiojamas, kaip dažnai.

# Kartu su vaiku ieškokite sprendimo būdų

Sprendimą, kaip reaguoti, priimkite kartu su vaiku. Vaikai bijo ūmių tėvų reakcijų, o kartais visai nenori, kad tėvai eitų į mokyklą ir kalbėtusi su mokytoju. Pagalba ir pasirinktas reagavimo būdas bus veiksmingas tik tuomet, kai jį aptarsite su savo vaiku ir sprendimą, kaip toliau reaguoti, priimsite kartu.

Užsirašykite patys bei pasiūlykite vaikui užsirašyti, kaip iš jo tyčiojamasi. Užrašai pravers, kai kreipsitės pagalbos į mokytojus – jie padės tiksliau įvardyti, kaip su jūsų vaiku elgiamasi.

Drauge su vaiku pagalvokite, kas iš mokyklos suaugusiųjų gali jam padėti. Aptarkite galimybę drauge nueiti pasikalbėti su mokytojais. Gali būti, kad vaikas norės kalbėtis ne su savo auklėtoju, bet su kitu mokytoju, su kuriuo kalbėdamas jis jausis saugiai.

Padėkite vaikui sugalvoti, kaip jis gali reaguoti patyčių situacijose. Išsiaiškinkite kuo smulkiau, kokiose situacijose ir kaip vyksta patyčios, kaip vaikas į jas reaguoja. Jūs negalite greitai sustabdyti patyčių, tačiau gal įmanoma padėti vaikui elgtis kitaip? Pavyzdžiui, išvengti patyčių situacijų vengiant tam tikrų vietų mokykloje, sureguoti į patyčias pajuokavimu ir pan.

Neskubėkite vaiko iškelti į kitą klasę ar kitą mokyklą. Pagrindinis patyčių mažinimo būdas – keisti atmosferą klasėje ir santykius tarp bendraamžių. O tai užima nemažai laiko. Aišku, gali norėtis kuo greičiau vaiką išimti iš jam nepalankios aplinkos, tačiau perkėlimas į naują mokyklą pareikalauja iš vaiko pastangų mėginant įsitvirtinti naujoje klasėje.

# Kreipkitės į klasės auklėtoją, mokytojus ar mokyklos administraciją



Labai svarbu, kad kalbėtumėtės su mokytojais apie patyčias, kad jie žinotų, kas vyksta. Kalbėdami su klasės auklėtoju pareikškite susirūpinę tuo, kas vyksta jūsų vaikui, tačiau susilaikykite nuo kaltinimų. Galima pasiteirauti, kaip vaikui sekasi bendrauti su kitais vaikais klasėje, kaip auklėtojas vertina santykius tarp klasės draugų.

Svarbu, kad bendraudami su mokytojais būtumėte konkretūs ir aiškiai nupasakotumėte problemą. Pateikite jiems konkrečių jūsų vaiko mokyklinio gyvenimo faktų, nes mokytojai gali ir nepastebėti, kad vyksta patyčios.

Pasižymėkite, ką nutarėte su klasės auklėtoju, kokių veiksmų planuojama imtis, ir atsižvelkite į šį planą ateityje.

Gali būti, kad šaipomasi ne tik iš jūsų vaiko, bet ir iš kitų. Nemanykite, kad informuodami apie šią problemą keliate nemalonumų mokytojams ar tik eikvojate jų laiką. Galite pasikalbėti ir su mokyklos direktoriumi ar direktoriaus pavaduotoju, su jais pasitarti, kaip reaguoti į susiklosčiusią situaciją ir elgtis toliau.

Palaikykite kontaktą su mokyklos darbuotojais. Jie gali jums papasakoti apie įvykius, vykstančius mokykloje, kurie gali būti susiję su jūsų vaiko gerove. Pasidalykite su jais informacija, kaip pasikeitė jūsų vaiko elgesys, ar patyčių sumažėjo.

Prisiminkite, kad sumažinti ar sustabdyti patyčias – ne vieno žmogaus jėgoms. Norint veiksmingai spręsti šią problemą reikia, kad į tai aktyviai įsitrauktų mokytojai, mokyklos administracija, tėvai, kiti mokiniai.

# Būkite šalia



#1692522

Galbūt nujaučiate, kad jūsų vaikas patiria patyčias, tačiau nedrįsta jums nieko pasakoti. Jei nepavyksta prakalbinti vaiko ir sužinoti, kas su juo vyksta, galite paklausti apie tai jo draugų ar mokytojų.

Labai svarbu, kad jūsų vaikas kam nors papasakotų apie patiriamas patyčias. Jeigu jis atsisako apie tai kalbėti su jumis, pasiūlykite jam pasikalbėti su kuo nors kitu: kitu šeimos nariu, mokytoju, arba paskambinti į „Vaikų liniją“.

Svarbu, kad savo vaikui pasakytumėte, jog jį mylite ir stengsitės padaryti viską, kas įmanoma, kad jis jaustųsi saugus.



# Ko nereikia daryti, kai vaikas patiria patyčias



Nevertėtų elgtis skubotai, pavyzdžiui, pulti susitikti ir pasikalbėti su besityčiojančio vaiko tėvais. Gali būti, kad būtent tokio elgesio Jūsų vaikas ir bijo. Jis gali baimintis, kad dėl to patyčios tik dar labiau sustiprės.

Nepulkite sakyti: „Nebūk skystablauzdis, juk tave tik erzina!“, „Visa tai praeis“, „Tvarkykis su tuo pats“. Nemanykite, kad vaikas pats vienas susitvarkys su patyčiomis. Jei jis pasakoja Jums apie tai, kas vyksta, vadinasi, prašo pagalbos.

Nekaltinkite vaiko dėl patiriamų patyčių sakydami: „Pats esi kaltas dėl to“. Vaikai nėra kalti dėl to, kad iš jų tyčiojasi.

Nesiūlykite vaikui „duoti atgal“. Kai kurie vaikai su patyčiomis bando tvarkytis mušdamiesi ir kitais agresyviais veiksmais. Tačiau agresyviai gindamiesi jie kitų gali būti įvertinti kaip skriaudėjai ir būti apkaltinti.

Nepalikite vaiko vieno spręsti šios problemos.

# JŪSŲ VAIKAS TYČIOJASI IŠ KITŲ? KAIP REAGUOTI?



Jūs galite nujausti, kad jūsų vaikas tyčiojasi iš kitų vaikų, jei pastebėjote, kad jis yra linkęs su bendraamžiais elgtis agresyviai, kilusius nesutarimus ar konfliktus spręsti jėga, netikėtai įsigyja pinigų, namo parsineša nematytų daiktų, kurių pats negalėtų nusipirkti. Sužinoję apie agresyvų savo vaiko elgesį galite labai nusivilti juo ar supykti, norėti nubausti jį. Tačiau nuo tokių veiksmų geriau susilaikyti ir pamėginti suprasti, kas skatina vaiką taip elgtis. Kartais vaikai pradeda tyčiotis reaguodami į kokius nors įvykius. Galbūt įvyko kokių nors svarbių pasikeitimų ar įvykių šeimoje, mokykloje? Galbūt vaiką slegia kokie nors sunkumai mokykloje, su kuriais pats nesusitvarko? Galbūt iš Jūsų vaiko irgi kas nors tyčiojosi? O gal Jūsų vaikas nežino, kad tyčiojimasis yra netinkamas ir kitą žeidžiantis elgesys?

Yra keli svarbūs žingsniai, ką galite daryti sužinoję, kad jūsų vaikas tyčiojasi iš kitų. Visų pirma svarbu reaguoti kuo ramiau ir prieš imantis tolesnių veiksmų ramiai apsisvarstyti, kaip norite reaguoti, ką norite pasakyti savo vaikui, kaip su juo apie tai kalbėsitės.

# Pasikalbėkite su vaiku



shutterstock.com · 1124715653

- Pamėginkite ramiai pasikalbėti su savo vaiku apie tai, kas vyksta. Be kaltinimų prasiųskite jam, ką sužinojote apie jo elgesį. Paskatinkite jį kalbėti ir papasakoti, kas skatina jį taip elgtis. Galbūt vaikui reikalinga jūsų pagalba?
- Pasakykite, kad įvairios patyčios (pravardžiavimas, užkabinėjimas ir pan.) yra netinkamas ir kitą žmogų skaudinantis elgesys. Paskatinkite vaiką atsiprašyti nuskriaustojo. Tačiau labai svarbu, kad tai jis padarytų neverčiamas.
- Jei nepavyksta su vaiku pasikalbėti, turėkite kantrybės. Parodykite jam, kad jums rūpi, kas vyksta, ir esate sunerimę dėl jo.

# Stebėkite ir keiskite vaiko elgesį

- Stebėkite vaiko elgesį, atkreipkite dėmesį, ką jis veikia, su kuo bendrauja. Jeigu jis judrus, įtraukite jį į tokią veiklą, kur jis galėtų panaudoti savo energiją į gera, pvz., lankyti sporto būrelį.
- Aiškiai įvardykite vaikui, kad netoleruosite jo agresyvaus elgesio ir norite, jog su kitais vaikais jis elgtųsi draugiškai. Vaikas turi aiškiai žinoti tinkamo ir netinkamo elgesio ribas – ką jis gali daryti ir ko ne.
- Padėkite vaikui suprasti, kad likti tvirtam ir mokėti apginti savo teises galima ir visiškai nenaudojant agresijos.
- Aptarkite su vaiku, kaip jūs reaguosite, jei patyčios kartosis. Svarbu apgalvoti, kaip skatinsite tinkamą vaiko elgesį ir stabdysite netinkamą, bei aptarti tai su vaiku. Vaikas turi žinoti, ko jis gali tikėtis už vienokį ar kitokį elgesį.
- Stengdamiesi stabdyti patyčias galite paskirti veiksmingas ir nesmurtines nuobaudas už taisyklių laužymą (pvz., „Jeigu tu ir vėl tyčiosies, turėsiu tau mažinti kišenpinigius“).
- Skatinkite vaiką stengtis keisti savo elgesį. Stebėkite jį. Jeigu vaikas elgiasi deramai, draugiškai, atkreipkite dėmesį į tai ir pagirkite už gerą elgesį. Tokiu būdu labiau tikėtina, kad vaikas elgsis tinkamai ir ateityje.
- Stenkitės neleisti vaikui žiūrėti TV laidų, filmų, žaisti kompiuterinių žaidimų, kur rodomas agresyvus elgesys.
- Stebėkite savo elgesį: gal vaikas tiesiog kartoja tai, ką girdi iš jūsų? Vaikai greitai išmoka elgtis agresyviai, jei šeimoje problemos taip pat sprendžiamos agresyviais būdais.

# Bendradarbiaukite su kitais specialistais



Kreipkitės į mokyklos administraciją ir pabandykite išsiaiškinti, kas skatina vaiką elgtis agresyviai. Tikėtina, kad mokyklos darbuotojai galės jums aiškiau, išsamiau nupasakoti, kada vaikas yra ypač agresyvus: koku laiku, kokioje aplinkoje ir t. t.

- Kalbėdami su klasės auklėtoju ar kitais mokytojais pasiteiraukite, kaip mokyklos darbuotojai stabdo agresyvių elgesį, kokių jie imasi veiksmų tokiose situacijose. Vaikų elgesys greičiau pasikeis, kai mokyklos darbuotojų ir tėvų reakcijos, veiksmai sistemingai papildys vieni kitus.
- Siekiant sumažinti vaiko agresyvumą gali prireikti ir kitų žmonių pagalbos: kitų šeimos narių, auklėtojo ar mokytojų. Kartais pagalbos pravartu kreiptis ir į kitus specialistus: socialinį pedagogą, psichologą, psichoterapeutą, psichiatrą.
- Nesitikėkite, kad vaiko elgesys pasikeis staiga. Gali prireikti daug pastangų ir laiko, kad patyčios sumažėtų.

# **Patyčios gali ir turi liautis!**

## **Jas galime sustabdyti tik bendromis mūsų visų pastangomis**



**Parengė soc. pedagogė Laura Baltrimavičienė**

**Visais su patyčiomis susijusiais klausimais galima kreiptis el.p. [laura.baltrimaviciene@gmail.com](mailto:laura.baltrimaviciene@gmail.com)**