

# KAIP UŽKIRSTI KELIĄ PATYČIOMS?

## Rekomendacijos tėvams

Patyčios - skaudinantis, žeminantis elgesys, pasižymintis tyčiniais agresyviais veiksmais, pasikartojančiu elgesiu ir jėgų persvara. Patyčios gali turėti rimtus padarinius vaiko psichologinei ir fizinei sveikatai, socialiniam gyvenimui bei akademiniams pasiekimams. Dėl šių priežasčių tėvams svarbu imtis prevencinių ar intervencinių veiksmy.

### Prevencija:

- 1. Kalbėkite su vaiku apie patyčias.** Svarbu, kad kiekvienas vaikas žinotų, kas yra patyčios, jog visi vaikai nusipelno pagarbaus bendravimo, jog pastebėjus ar patiriant patyčias reikia kreiptis į suaugusį žmogų pagalbos.
- 2. Pastebėję patyčias aplinkoje, imkitės veiksmy.** Jeigu matote, jog vaikai jūsų aplinkoje elgiasi netinkamai, prieikite, užkirskite kelią patyčių veiksmais, paprašykite vaikų taip nebesielgti. Svarbu akcentuoti, jog jų elgesys - nepriimtinas.
- 3.. Būkite pavyzdžiu.** Stenkitės pagarbiai elgtis kitų žmonių atžvilgiu, būkite tolerantiški kitokiems žmonėms, venkite žeminančių komentarų tiek realiame gyvenime, tiek skaitmeninėje erdvėje.

### Intervencija:

#### Jeigu vaikas patiria patyčias:

- 1. Kalbėkite su vaiku.** Įtardami, jog iš jūsų vaiko tyčiojama, skatinkite vaiką išsipasakoti. Stenkitės aiškiai suprasti situaciją: patyčių pobūdį, dažnį, besityčiojančius asmenis. Akcentuokite, jog jums rūpi vaiko savijauta, jog patyčios nėra vaiko kaltė. Jei vaikas nenori kalbėtis su jumis apie patyčias - pasiūlykite apie tai pasikalbėti su kitais šeimos nariais, emocinės pagalbos linijų savanoriais.



# KAIP UŽKIRSTI KELIĄ PATYČIOMS?

## Rekomendacijos tėvams

**2. Kartu su vaiku apsvarstykite pagalbos būdus.** Leiskite vaikui išsirinkti mokyklos darbuotoją, kuriuo pasitiki, ir būtinai kreipkitės į jį. Pasiūlykite vaikui vengti vietų, kuriose vyksta patyčios, į skaudinančius komentarus nereaguoti ar atsakyti pajuokavimu,

### Jeigu vaikas tyčiojasi iš kitų:

- 1. Kalbėkite su vaiku.** Išreikškite nerimą dėl jo elgesio, pabrėžkite pagarbaus bendravimo svarbą, pasigilinkite į tokio vaiko elgesio priežastis. Pokalbio pabaigoje nustatykite ribas - ką galima daryti, o ko ne.
- 2. Kreipkitės į specialistus.** Mokyklos personalas ar psichologai gali suteikti papildomos informacijos apie situaciją, vaiko elgesio priežastis. Bendradarbiaudami su jais galite sukurti efektyvesnį elgesio koregavimo planą.

### Jeigu vaikas pastebi patyčias aplinkoje:

- 1. Kalbėkite su vaiku.** Aptarkite pastebėtus patyčių atvejus, Pabrėžkite, jog kalbėjimas apie patyčias nėra skundimas, tai yra pagalbos prašymas, todėl pastebėjus patyčias reiktų apie jas pranešti suaugusiam žmogui. Skatinkite vaiką nedalyvauti patyčiose, įtraukti patyčias patiriantį vaiką į bendras veiklas.

### Jeigu patyčios vyksta elektroninėje erdvėje:

Jeigu pastebite patyčias internetinėje erdvėje, reiktų vadovautis anksčiau nurodytais patarimais ir atlikti keletą papildomų veiksmų: reiktų išsaugoti patyčių įrodymus, skatinti vaikus nesidalinti patyčių medžiaga, pranešti apie žalingą turinį svetainės administratoriams ar užpildyti formą <https://pranesk.draugiskasinternetas.lt> . Taip pat derėtų apriboti vaiko naudojimąsi technologijomis, sugriežtinti privatumo nustatymus vaiko socialinių tinklų paskyrose, atidžiau stebėti, ką vaikas veikia internete.

Remtasi <https://www.bepatyciu.lt/tevams/i>

