

## Ką daryti, jeigu jūsų vaikas patiria patyčias?

### 1) 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 tyčiojasi, kaip dažnai.

### 2) 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 kalbėtųsi 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 tyčiojasi. 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.
- 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.

### 3) 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.
- Svarbu, kad bendraudami su mokytojais būtumėte konkretūs ir aiškiai nupasakotumėte problemą. Pateikite jiems konkrečių jūsų vaiko mokyklinio gyvenimo faktų, nes mokytojais 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.

#### **4) Būkite šalia:**

- 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.