

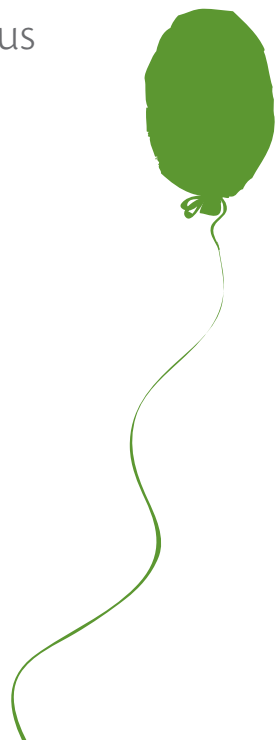
Jurgita Smiltė **Jasiulionė**
Marina **Mažionienė**
Ivona **Suchodolska**
Robertas **Povilaitis**

Kaip galiu **padėti** **savo vaikui?..**

Atsakymai į tėvų klausimus apie patyčias tarp vaikų

Kaip galiu **padėti** **savo vaikui?..**

Atsakymai į tėvų klausimus
apie patyčias tarp vaikų



UDK 159.922.7

Ka-134

Leidinio autoriai:

Jurgita Smiltė Jasiulionė

Marina Mažionienė

Ivona Suchodolska

Robertas Povilaitis

Kalbos redakcija:

Milda Černiauskaitė

Jurga Kančelskytė

Rėmėjai:

Nyderlandų Karalystės Ambasada Lietuvoje



Iliustracijos: **Greta Duobienė**

Dizainas: **Vita Paulinė**

ISBN 978-9986-09-411-1

Turiny

Pratarmė 4

Įvadas 5

Atsakymai į tėvų klausimus 6

Apie patyčių reiškinį 6

Ką gali padaryti tėvai? 12

Vaikas patiria patyčias 12

Vaikas skriaudžia kitus 19

Vaikas stebi patyčias 22

Kaip tėvai gali bendradarbiauti su mokykla? 24

Kur kreiptis pagalbos? 29

Pratarmė

Vaikų linija – nemokamos telefonu ir internetu pagalbos tarnyba vaikams ir paaugliams – nuo 2004 m. aktyviai dalyvauja patyčių prevencijos srityje, įgyvendindama kampaniją „BE PATYČIŲ“. Vaikų linija įvairiais būdais siekia atkreipti visuomenės dėmesį į patyčių problemą, platina metodinę ir informacinę medžiagą patyčių ir jų prevencijos tema, skatina šia tema domėtis įvairias visuomenės grupes. „BE PATYČIŲ“ kampanijos veiklos yra nukreiptos į tinkamų nuostatų formavimą, taip pat efektyvių patyčių prevencijos metodų sklaidą (daugiau informacijos galima rasti svetainėje www.bepatyciu.lt).

Šio leidinio idėja gimė, kuomet į Vaikų linijos elektroninį paštą pradėjome gauti įvairius laiškus iš suaugusiųjų, kuriems rūpėjo patyčių prevencijos klausimai. Dažnai rašė tėvai ir klausė, kaip padėti savo vaikui: ką daryti, jeigu vaikas patiria patyčias, kaip reaguoti į vaikų agresyvių elgesį, ar reikia pagalbos vaikui stebinčiam patyčias mokykloje. Tėvų aktyvumas paskatino mus susimąstyti apie tai, kad svarbu yra sudaryti pagalbos galimybes ne tik vaikams, bet ir jų tėvams. Buvo sukurtas specialus elektroninis paštas, į kurį kvietėme rašyti suaugusiuosius, norinčius pasitarti dėl situacijų, susijusių su patyčiomis. Atsakymus ruošė Vaikų linijos psichologai.

Atsakinėdami į laiškus supratome, kad nors vienodų klausimų ir situacijų nėra, bet yra panašių sunkumų, su kuriais susiduria ne vienas žmogus. Pagalvojome, kad galėtume ne tik atsakinėti į klausimus, bet ir leisti kitiems tėvams, išgyvenantiems panašias problemas, susipažinti su atsakymais. Ne visi turėjo galimybę pasidalinti savo sunkumais, todėl leidinys yra puiki galimybė padėti daugeliui tėvų gauti atsakymus į kylančius klausimus. Taigi atrinkome kuo įvairesnius atsakymus, kad pavyktų atspindėti sunkumų spektro įvairovę bei apžvelgti skirtingas pagalbos galimybes, ir išleidome šią knygelę.

Su klausimais ir atsakymais kviečiame susipažinti tėvus ir kitus suaugusiuosius, kurie dirba su vaikais arba domisi patyčių prevencijos klausimais ir rūpinasi vaikų saugumu.

Leidinio autoriai

Įvadas

Kasdiniame gyvenime mes dažnai galime susidurti su netinkamu vaikų elgesiu, bet ne visas netinkamas elgesys yra **patyčios**. Kas tai – per reiškinys? Pirmiausia, kai kalbame apie patyčias, turime omenyje tyčinį elgesį, kai tam tikri veiksmai yra atliekami sąmoningai. Tarkime, Jonas pavadina negražiai savo klasės draugę. Jis aiškiai žino, kad klasės draugei nėra malonūs šie žodžiai, bet Jonas vis tiek juos kartoja. Taigi patyčios yra ne tik tyčinis, agresyvus, bet ir pasikartojantis elgesys. Taip pat patyčių situacijoje dažnai pastebima jėgų persvara, kuomet vaikai, patiriantys patyčias, sunkiai gali apsiginti nuo patyčių – skriaudėjai gali būti fiziškai stipresni, vyresni, jų gali būti daugiau. Tokioje situacijoje vaikui, tapusiam skriaudėjų taikiniu, reikalinga suaugusiųjų pagalba.

MITAS: Vaikai yra vaikai! Juk jie tik juokais užkabinėja vieni kitus.

Svarbu suprasti ir tai, kad patyčios nėra ta patirtis, kuri padeda vaikui sutvirtėti ir užsigrūdinti. Tyrimai atskleidžia, kad patyčios gali palikti daug įvairių trumpalaikių ir ilgalaikių neigiamų pasekmių ne tik vaikui, iš kurio tyčiojama, bet ir tam, kuris tyčiojasi ar stebi patyčias:

- Vaikai, iš kurių tyčiojama, dažnai jaučiasi nesaugūs, išgyvena nerimą, baimę. Ilgalaikis nerimas ir baimės būseną yra psichikos sveikatos problemų rizikos veiksnys.
- Vaikai, iš kurių tyčiojama, dažniau jaučiasi liūdni, prislėgti, nepasitikintys savimi, prasčiau save vertina. Jie pradeda galvoti, kad tikrai turi trūkumų, yra blogi, juokingi, negražūs ir pan.
- Tyčiojimasis gali būti viena iš priežasčių, dėl kurios vaikas gali vengti mokyklos, nelankyti pamokų. Taip pat gali prastėti vaiko dėmesingumas mokykloje, jo mokykliniai pasiekimai, vaikui gali būti sunku mokytis.
- Patyčios ilgainiui gali peraugti į kitokį agresyvų ar socialiai nepageidautiną elgesį vyresniajame amžiuje. Vaikai, kurie tyčiojasi iš kitų, daug dažniau įsivelia į muštynes, niokoja kito asmens nuosavybę.
- Patyčios taip pat neigiamai veikia vaikus, kurie jas stebi. Vaikas, kuris stebi patyčias, gali jausti baimę ir galvoti, jog galbūt kitą kartą jis taps patyčių auka, arba gali jaustis kaltas, kad negali ar nemoka padėti vaikui, iš kurio tyčiojama.
- Patyčios sukuria baimės ir nesaugumo atmosferą mokykloje, ir tai neigiamai veikia mokinių mokymąsi. Į mokyklą vaikai turėtų eiti nesibaimindami, kad kiti su jais nesikalbės, juos stumdys, primuš. Jei mokiniai mato, kad nereaguojama į tyčiojimąsi, formuojasi nuostata, kad toks elgesys yra tinkamas ir priimtinas.

REALYBĖ: Patyčios nuo humoro raiškos skiriasi tuo, kad tas, iš kurio tyčiojama, jaučiasi skaudinamas, žeminamas, ir tik tiems, kurie tyčiojasi ir stebi, tai atrodo juokinga.

Atsakymai į tėvų klausimus

Apie patyčių reiškinių

Patyčios – tai problema, kurios neišspręsi

Turiu ne klausimą, bet labiau pastebėjimą. Patyčios tai yra problema, kurios neišspręsi. Mano vaikas patyrė patyčias vienoje mokykloje, mes pervedėme ją į kitą – čia tas pats. Patyčių problemos išspręsti neįmanoma.

ATSAKYMAS:

Savo laiške dalinatės beviltiškumo jausmu – atrodo, kad patyčių problemos išspręsti neįmanoma, nes tai problema, egzistuojanti ne vienoje mokykloje. Galime dar papildyti Jus: gali atrodyti, kad patyčios yra neišsprendžiama problema, nes jos egzistuoja ištisus dešimtmečius – jas patiria ne tik dabartiniai vaikai, jas patyrė ir jų tėvai. Taip pat patyčios egzistuoja ne tik Lietuvoje – vargu ar surastume valstybę, kurioje vaikai visai nepatirtų patyčių ir nesityciotų vieni iš kitų. Tie, kurie patiria patyčias, kartais nori atsikeršyti ir pradeda patys tyčiotis iš kitų – taip atsiduriame ydingame rate, iš kurio, rodos, nėra galimybių išeiti. Patyčių situacijos gali sukelti daug bejėgiškumo ir beviltiškumo visiems su jomis susijusiems: patyčias patiriantiems vaikams, jų tėvams, mokytojams. Sustabdyti vykstančias patyčias yra nelengva, o kartais jos atrodo neįveikiamos.

Visgi išjudėti iš tokio beviltiškumo yra įmanoma. Negalime visiškai išnaikinti patyčių, bet galime sumažinti patyčių mastą, nors tam ir reikia nemažų pastangų. Kalbant apie Jūsų minimą situaciją, tenka pripažinti, kad vaiko perkėlimas į kitą mokyklą ne visuomet išsprendžia patyčių problemą. Suprantama, kad tėvai nori padėti vaikui ir imasi įvairių veiksmų jam apsaugoti, bet patyčios egzistuoja kiekvienoje



mokykloje, todėl pabėgti nuo jų gali ir nepavykti. Yra kitų būdų spręsti patyčių problemą konkrečioje klasėje ar konkrečioje mokykloje: skiriant laiko ir dėmesio klasės emocinei atmosferai, pvz. vedant klasės valandėles, teikiant pagalbą tiems, kurie patiria patyčias, bei stabdant tuos, kurie tyčiojasi iš kitų, taip pat diegiant mokykloje prevencines programas, skirtas patyčių ar smurtinio elgesio problemai spręsti.

Natūralu, kad susidūrus su patyčiomis, jas išspręsti norisi kuo greičiau – vienu pokalbiu, viena klasės valandėle. Tiesa ta, kad patyčioms išgyvendinti ar sumažinti reikia laiko – juk ne per vieną dieną patyčios virto „bendravimo norma“, todėl kartais reikia kelių mėnesių, metų, o gal ir kelių metų tam, kad situacija konkrečioje klasėje bent šiek tiek pagerėtų. Nors patyčių situacijos sprendimas gali reikalauti nemažai laiko ir pastangų, jeigu nieko nebus daroma, situacija nesikeis.

Kaip išsiaiškinti ar vaikas iš tikrųjų patiria patyčias?

Mane domina vienas klausimas. Kaip suprantu apie patyčias mokykloje galima iš vaikų išklausti anonimine anketa (tai ir daroma). Dažnas patyčias patiriantis vaikas įgyja psichosomatinių simptomų, kurie jį gali lydėti ilgą laiką. Norėčiau sužinoti, gal yra sukurta kokia anketa-klausimynas tik pagal psichosomatinius požymius padedantys išsiaiškinti, ar realiai vaikas patiria patyčias.

ATSAKYMAS:

Laiške Jūs paliečiate patyčių pasekmių klausimą. Nors kartais vienokios ar kitokios pašaipos atrodo juokingos, patyčios visgi neturi teigiamų pasekmių. Vaikai, kenčiantys nuo patyčių, dažnai jaučiasi nesaugūs, išgyvena nerimą. Ilgalaikis nerimas ir baimės būseną yra didelis rizikos veiksnys atsirasti kitiems sutrikimams: depresijai, nerimo sutrikimams ir pan. Kartais vaikams, kurie susiduria su nuolatinėmis bendraamžių patyčiomis, kyla minčių apie savižudybę. Taip pat viena iš galimų pasekmių – tai įvairūs psichosomatiniai simptomai: galvos, pilvo skausmai, pykinimas, miego, apetito sutrikimai. Dažnai būna taip, kad skirtingos pasekmės pasireiškia lygiagrečiai. Pavyzdžiui, vaikas nenori eiti į mokyklą, jam skauda galvą, jis jaučiasi prislėgtas, gali kilti minčių apie savižudybę. Taip pat gali būti tokių situacijų, kai patiriančiam patyčias vaikui psichosomatiniai požymiai nėra ryškūs, todėl juos sunkiau pastebėti. Taigi analizuojant vaiko būklę, svarbu vertinti ne vien tik psichosomatinius požymius, bet ir emocinę būseną – tai padėtų geriau įsivaizduoti, ką išgyvena vaikas patyčių situacijoje.

Svarbu būtų paminėti ir tai, kad nėra lengva nustatyti priežastinį ryšį tarp psichosomatinių simptomų ir patyčių. Nebūtinais vaikas, kuriam pasireiškia psichosomatiniai simptomai, patiria patyčias ir atvirkščiai, todėl pagal psichosomatinių požymių įvertinimą būtų sunku išsiaiškinti, ar jis iš tikrųjų patiria patyčias. Nustatyti, ar vaikas patiria patyčias, paprastai yra naudojami specialiai

tam sukurti klausimynai, kur vaikų atvirai klausiama, ar jie patiria patyčias. Apklausą turėtų atlikti specialiai tam apmokytas žmogus, dažnai tai būna psichologas ar socialinis pedagogas. Anketos yra anoniminės, todėl vaikams yra saugu nuoširdžiai rašyti apie savo asmeninę patirtį. Vaiko yra klausiama, kaip dažnai jis patiria patyčias, kokias patyčias, kur jos vyksta bei kaip dažnai jis pats tyčiojasi iš kitų. Taip pat yra vertinama, kaip, anot vaiko, į patyčias reaguoja stebėtojai: kiti vaikai, suaugusieji. Šalia klausimų apie patyčių dažnumą bandoma įvertinti, kaip vaikas jaučiasi mokykloje. Tokio pobūdžio klausimai leidžia geriau suprasti situaciją mokykloje ar konkrečioje klasėje. Anoniminio klausimyno pavyzdį galite rasti puslapyje www.bepatyciu.lt.

Tėvai gali apsaugoti savo vaiką nuo patyčių mokykloje

Noriu jūsų paklausti, ar tėvai gali apsaugoti savo vaiką nuo patyčių mokykloje? Turiu 6m. sūnų, kitais metais jis jau eis į mokyklą, ir aš nežinau, kaip jį pamokinti kovoti su patyčiomis. O gal įmanoma kaip nors vaiką paruošti, kad jis ir nepatirtų patyčių, ir pats nesityčiotų iš kitų?

ATSAKYMAS:

Labai svarbu, kad iš anksto stengiatės paruošti vaiką mokyklai, bandote numatyti, kas jo ten gali laukti, bei norite apsaugoti. Rašote, kad norėtumėte išmokyti vaiką kovoti su patyčiomis. Iš tiesų patyčios yra ta problema, su kuria daugiau ar mažiau vaikai gali susidurti bet kurioje klasėje. Patyčios egzistuoja bet kuriame mieste, kiekvienoje mokykloje bei pasitaiko tarp įvairaus amžiaus vaikų. Todėl suaugusieji visuomet turi būti dėmesingi bei atidūs, pagalvoti apie savo vaikų gyvenimą mokykloje ir pasirūpinti tuo, kad vaikas būtų emociškai pasiruošęs, jeigu kartais tektų susidurti su tokio pobūdžio netinkamu elgesiu.

Pirmiausia, labai svarbu su vaiku kalbėti, diskutuoti smurto, patyčių ar kitokio agresyvaus elgesio temomis, bandyti suprasti jo požiūrį į šiuos dalykus, pasakyti, koks yra Jūsų požiūris bei jį argumentuoti, kalbėti apie agresyvaus ar smurtinio elgesio pasekmes. Vaikas turėtų žinoti, kad patyčios ar kitas agresyvus elgesys nėra tinkamas, netgi jei tai iš pirmo žvilgsnio atrodytų tik nekalti pajuokavimai. Antras žingsnis galėtų būti įvairių su patyčiomis susijusių situacijų aptarimas. Pavyzdžiui,



paklauskite, kaip vaikas elgtųsi, jeigu stebėtų patyčias? Ką jis darytų, jei skriaudžiamas būtų jo klasės draugas? O kaip elgtųsi, jei tai būtų nepažįstamas moksleivis? Pasiteiraukite, kaip Jūsų vaikas jaustųsi bei ką darytų, jeigu kažkas pradėtų tyčiotis iš jo? Tokio pobūdžio diskusijose labai svarbu aptarti kiekvieną vaiko pasirinktą ar Jūsų pasiūlytą elgesio alternatyvą, kiekvieno įvardinto varianto teigiamas puses bei galimą riziką, nemalonus pasekmes.

Norėtume pateikti trumpas rekomendacijas vaikams, dalyvaujantiems patyčių situacijoje. Skriaudžiamam vaikui ypatingai svarbu netylėti, bet būtinai pasakoti apie įvykusias patyčias. Kartais vaikai bijo ar nenori prasiatiti suaugusiems, bet svarbu suprasti, kad vaikai patys retai gali susitvarkyti su patyčiomis ir jiems yra būtina suaugusiųjų pagalba mokykloje ir namuose. Patyčias stebintys vaikai irgi tampa patyčių situacijos dalyviais. Vaikų apklausos rodo, kad labai dažnai jiems nėra malonu stebėti patyčias. Pasyviai stebėdami patyčias, nemažai vaikų jaučia baimę ir gėdą. Taigi nepaisant to, kokį vaidmenį vaikai vaidina patyčių situacijose, patyčios veikia kiekvieną. Jeigu vaikai stebi patyčias, su jais galima kalbėti apie kylančius jausmus, apie galimą reakvimą panašiose situacijose bei skatinti palaikyti patyčias patiriančią vaiką, stengtis jam padėti.

Kokį vaidmenį patyčių situacijoje vaikas beužimtų – skriaudėjo, aukos, neutralaus ar aktyvaus stebėtojo – tėvai gali prisidėti prie patyčių prevencijos. Mes negalime paveikti kitų vaikų elgesio, tačiau būtent nuo mūsų priklauso mūsų vaikų elgesys, vertybės, turimi bendravimo įgūdžiai.

Patyčios darželyje

Norėčiau jūsų paklausti, ar patyčios tikrai yra tik mokyklų problema? Mano dukrai 5m., ji lanko darželį. Pastaruoju metu pastebėjau, kad iš darželio grįžta nuliūdusi, nenori rytais į darželį eiti, nors anksčiau labai noriai jį lankė. Atsargiai pradėjau klausinėti, kas nutiko, ir pamažu mažoji papasakojo, kad grupėje yra du vyresni berniukai, kurie ją skriaudžia – tai pastumia, tai žaislus atima, tai neduoda kažkokių žaislų, dar ir „žiopla“ vadina. Nuėjau kalbėti su auklėtoja, o ji man sako „juk vaikai nesąmoningai ir nepiktai taip elgiasi, jie tik žaidžia taip, jie paaugs ir išaugs tokį elgesį“. Ar tikrai vaikai ikimokykliniame amžiuje tokius dalykus daro nesąmoningai ir tai nėra patyčios? Ir apskritai, kokių priemonių galima imtis darželyje, kad būtų užkirstas kelias tokiam vaikų elgesiui?

ATSAKYMAS:

Laiške rašote apie tai, jog Jūsų dukra yra skriaudžiama darželyje, kur du berniukai ją vis pastumia, atima žaislus, pravardžiuoja. Teiraujatės, ar gali būti, kad jau darželyje vyksta patyčios, ar gali tokio amžiaus vaikai sąmoningai ir tikslingai skaudinti bei žeminti kitą vaiką.

Patyčios – tai ne vien mokyklos problema. Tyčiotis vaikai gali išmokti dar ikimokykliniame amžiuje, stebėdami savo artimiausią aplinką: suaugusiųjų, bendraamžių elgesį. Nors dažniausiai

patyčios stebimos mokykloje, tačiau jų apraiškų jau būna ir darželiuose. Tai, su kuo susiduria Jūsų dukrelė, ir vadinama patyčiomis. Gali būti ir taip, kad berniukai, skriaudžiantys Jūsų dukrą, ne visai supranta savo elgesio netinkamumą. Nepaisant to, jų elgesys – pastūmimas, žaislo atėmimas, prisavardžiavimas – yra skaudinantis bei žeidžiantis kitą ir toks elgesys suaugusiųjų turėtų būti stabdomas. Laikantis nuostatos, kad „tai tik žaidimas“ ir aprašyto elgesio nekoreguojant, vaikai išmoksta, jog taip elgtis yra normalu, todėl toks jų elgesys gali ne tik nesumažėti, bet tapti dar agresyvesnis. Tad labai svarbu, kad atkreipte į tai dėmesį – tai pirmas žingsnis, norint sustabdyti patyčias.

Klausiate, kokių priemonių galima imtis darželyje, norint užkirsti kelią patyčioms. Yra sukurtų specialių programų ankstyvajai nepageidaujamo elgesio prevencijai ikimokyklinio ugdymo įstaigose. Pvz., programa „Zipio draugai“, kurioje žaismingų ir vaikams priimtinių priemonių pagalba vaikai mokomi įvairių svarbių socialinių įgūdžių: kaip suprasti ir reikšti jausmus, kaip atjausti kitą, kaip susidraugauti, kaip spręsti konfliktus, kaip reaguoti į kitų vaikų nedraugišką ar agresyvią elgesį ir t.t. Tokios programos taikymas padėtų užkirsti kelią ne tik patyčioms, bet ir kitokiam nepageidaujamam elgesiui. Tačiau ir be specialių programų galima vaikus mokinti bendrauti draugiškai, be patyčių bei stabdyti jų agresyvią elgesį. Apie patyčių reiškinio prevenciją daugiausiai kalbama mokyklos lygmenyje, tačiau patyčių prevencijoje yra universalių priemonių, tinkamų dirbant su įvairaus amžiaus vaikais:

- Pokalbiai su vaikais apie tai, kas yra patyčios, akcentuojant, kad tai netinkamas, nepageidaujamas ir kitą skaudinantis elgesys. Tokių pokalbių metu su vaikais galima aptarti ir tai, kokius nemalonius jausmus išgyvena vaikai, kuriuos pravardžiuoja ar kitaip įžeidinėja kiti vaikai ir t.t.
- Pamokėlių apie bendravimą, draugystę, konfliktus ir įvairias kitas temas vedimas. Šiomis ar panašiomis su bendravimu susijusiomis temomis auklėtoja gali vesti specialias pamokėles vaikams. Pamokėlių metu su vaikais galima žiūrėti teminius filmukus ir juos aptarti, galima vaidinti tam tikras bendravimo situacijas ir svarstyti, kaip jas galima išspręsti arba galima skaityti, klausytis įvairių pamokančių istorijų, kurių herojai susiduria su panašiais sunkumais kaip ir vaikai. Galbūt Jūs su kitais tėveliais taip pat galite inicijuoti kokius užsiėmimus, diskusijas, iškylas su vaikais ar renginius, skirtus patyčių ar kitokio agresyvaus elgesio prevencijai.
- Paprastų ir vaikams suprantamų taisyklių sukūrimas. Taisyklės gali būti 2-3, tačiau svarbu, kad jos būtų orientuotos į saugius vaikų tarpusavio santykius, pvz. „Mes neturime teisės tyčiotis ir skaudinti kito vaiko“, „Jei iš tavęs tyčiojasi – paprašyk auklėtojo pagalbos“ ir pan. Tokio amžiaus vaikams taisyklės yra reikalingos ir svarbios, kad jie galėtų jaustis saugūs. Tik, žinoma, suaugusieji turi rūpintis, kad tų taisyklių būtų laikomasi, ir jas vaikams priminti.
- Reagavimas į vykstančias patyčias. Reaguojama pirmiausiai stabdant netinkamą elgesį, t.y. pamačius, kad vaikai šaiposi, liepiama jiems liautis taip daryti. Svarbu ne tik

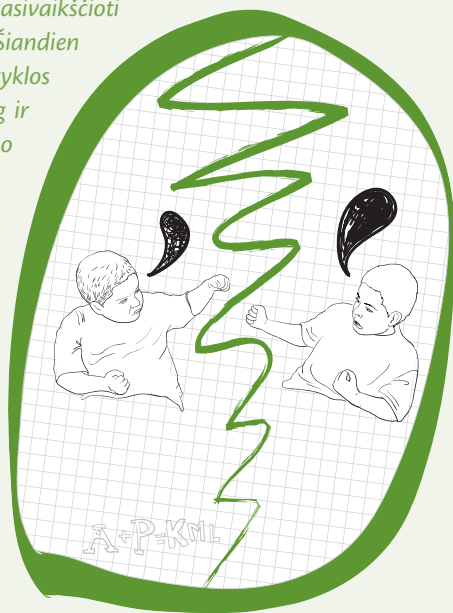
sudrausminti vaikus, bet kartu paaiškinti, kodėl tai yra nepriimtinas elgesys (pasakyti, pvz., kad tai nepagarbus elgesys, skaudinantis kitą, o mūsų darželyje mes bendraujame su kitais draugiškai, taip, kaip norėtume, kad būtų elgiamasi ir su mumis). Kartais tokio sudrausminimo gali pakakti. Tačiau jeigu pastebima, kad vaikai linkę kartoti patyčias, svarbu imtis kitų drausminimo priemonių, pavyzdžiui, pranešti apie tai jų tėvams, neleisti žaisti vaikų mėgstamo žaidimo ar kitos malonios veiklos, kol jie nepradės elgtis pagarbiai.

Kaip galima reaguoti į patyčias, matomas gatvėje?

Auginu metukų dukrytę ir neretai su ja einu pasivaikščioti prie mokyklos – mes netoli jos gyvename. Šiandien bevaiškščiudama pastebėjau, kaip einant iš mokyklos du berniukai persekioja mergaitę – atrodo, lyg ir nieko blogo jai nedaro, bet ta mažytė bėga nuo jų, o jie ją prisiveja, kažką pasako, nugirdau lyg kažkokį grasinimą, tada ji vėl su ašaromis akyse bėga. Taip graudu buvo visa tai stebėti, pagalvojau, kad ir mano pupa į mokyklą eis, kas ten ją apgins. Grįžusi vis galvoju, ar galėjau ką nors padaryti toje situacijoje, kaip galėjau sureaguoti, kad tuos berniukus sustabdyčiau. Benaršydama internete aptikau jūsų puslapį ir nusprendžiau jūsų paklausti, kaip galima reaguoti į patyčias, matomas gatvėje?

ATSAKYMAS:

Patyčios tarp vaikų vyksta įvairiose erdvėse – dažniausiai jos vyksta mokykloje, pakeliui į mokyklą ar iš jos, bet gali vykti ir kitose daugiau ar mažiau viešose vietose. Jei mokykloje patyčias sustabdyti gali mokykloje dirbantys suaugusieji ar kiti moksleiviai, tai gatvėje vykstančios patyčios iš tiesų neretai nesulaukia aplinkinių žmonių reakcijos. Reaguoti į vaikų agresyvių elgesį gatvėje greta esantiems nepažįstamiems žmonėms kartais atrodo nesaugu, kartais tiesiog neišku, kaip tą galima padaryti, ar sunku įvertinti, kas tiksliai tarp vaikų vyksta – gal jie tik taip žaidžia? Kaip supratome iš laiško, Jums taip pat liko ne visai aišku, kas vyksta tarp vaikų, tačiau nerimą Jums sukėlė pastebimos nelygios vaikų jėgos – mergaitė bėga su ašaromis akyse, berniukai ją prisiviję kažką sako, lyg ir grasina jai. Suprantama, kad nelengva buvo į tokią situaciją sureaguoti – juk



joje nėra akivaizdaus smurto, tačiau ir tokioje situacijoje galime nepraeiti pro šalį ir sustabdyti berniukus.

Paprastai norint sustabdyti patyčias reikia:

- Prieiti arti netinkamai besielgiančio vaiko.
- Užkirsti kelią netinkamiems veiksams (pvz., atsistoti tarp skriaudžiamojo ir skriaudėjo).
- Garsiai, aiškiai ir tvirtu tonu paprašyti liautis taip elgusis.

Taigi Jūsų minimoje situacijoje pakaktų tiesiog paprasto parodymo, kad Jūs matote, kas vyksta, ir pastebite, kad tai nėra tinkamas elgesys. Galima tiesiog sudrausminti berniukus „Liaukitės persekioti mergaitę“. Be to, dar galima pasiūlyti pagalbą mergaitei, pvz. palydėti ją iki namų. To paprastai pakanka, kad vaikai liautųsi tuo metu tyčiotis. Žinoma, gali būti ir taip, kad į tokį sudrausminimą vaikai atsakys, kad „jie nieko nedaro“. Nepažįstamam praeiviui neverta leisti į aiškinimąsi, kas iš tiesų čia nutiko, tačiau Jūs įtariate, kad berniukų elgesys skaudina mergaitę, ir to pakanka tam, kad įsikištumėte ir bandytumėte jai padėti. Netgi jei paaiškėtų, kad patyčios nevyko, savo reagavimu Jūs leidžiate vaikams suprasti, kad šalia yra suaugusiųjų, kurie neabejingi tam, kas vyksta, ir yra linkę padėti vaikams. Taigi svarbu pastebėti įtartiną elgesį ir nuo jo apsaugoti kitus vaikus.

Patyčių situacijose, vykstančiose už mokyklos ribų, skriaudėjai neretai jaučiasi „saugūs“, nes žino, kad čia mažesnė tikimybė būti pastebėtiems, atpažintiems ar sustabdytiems. Labai džiugu, kad norite nepraeiti pro šalį, o padėti skriaudžiamiems vaikams – kuo daugiau atsiras žmonių, neabejingų patyčių situacijoms gatvėse, tuo saugesni bus vaikai.

Ką gali padaryti tėvai?

VAIKAS PATIRIA PATYČIAS

Vaikams dažnai sunku kalbėti apie patyčias. Kodėl?

Vaikai į šį klausimą atsako taip:

- „Baisu, kad skriaudėjai kerštaus“.
- „Nenoriu būti skundiku“.
- „Nenoriu jaudinti tėvų“.
- „Gėda, kad pats negaliu apsiginti“.
- „Baisu prarasti draugus“.
- „Sunku įrodyti patyčias, todėl neverta sakyti“.
- „Bijau tėvų reakcijos“.
- „Jaučiuosi sutrikęs“.
- „Tai vis tiek nepakeis situacijos“.

Vaikai neretai mano, kad suaugusieji negali padėti

išspręsti patyčių situacijų ir tik pablogins situaciją. Kai

kurie vaikai tvirtai tiki šiuo tarp vaikų įsigalėjusiu mitu: „Prasitardamas suaugusiesiems apie tai, kad iš tavęs tyčiojasi, tampa skundiku“. Šią vaikų nuostatą būtina keisti. Labai svarbu jiems parodyti, kad kreipimasis pagalbos yra teigiamas dalykas, kad papasakoję apie patyčias jie padės ir sau, ir kitiems vaikams.

Minėjome, jog vaikai gali bijoti, kad tam tikra tėvų reakcija tik pablogins situaciją. Taigi ko nevertėtų daryti patyčias patiriančio vaiko tėvams:

- Elgtis skubotai, pavyzdžiui, pulti susitikti ir pasikalbėti su besityčiojančio vaiko tėvais. Gali būti, kad būtent tokio elgesio vaikas ir bijo. Jis gali baimintis, kad dėl to patyčios tik dar labiau sustiprės.
- Sakyti: „Nebūk skystablauzdis, juk tave tik erzina!“, „Visa tai praeis“, „Tvarkykis su tuo pats“. Vaikas pats vienas sunkiai gali susitvarkyti su patyčiomis. Jei vaikas pasakoja apie tai, kas vyksta, vadinasi, prašo pagalbos.
- Kaltinti vaiką dėl patiriamų patyčių: „Pats esi kaltas dėl to“. Vaikai nėra kalti dėl to, kad iš jų tyčiojasi.
- Siūlyti „duoti atgal“. Kai kurie vaikai su patyčiomis bando tvarkytis mušdamiesi ir

MITAS: Patyčių auka privalo apsiginti pati.

REALYBĖ: Patyčioms būdingas nelygiavertis jėgų santykis: paprastai patyčias surengia keletas skriaudėjų, besityčiojantys vaikai būna vyresni, stipresni. Dėl to apsiginti tampa sunku, ir vaikams be išorinės pagalbos, neagresyviais būdais gali būti sudėtinga sustabdyti patyčias.

kitais agresyviais veiksmais. Tačiau agresyviai gindamiesi jie kitų gali būti įvertinti kaip skriaudėjai ir būti apkaltinti.

- Taip pat nevertėtų palikti vaiką vieną ieškoti išeiities.

Ką galiu patarti savo vaikui?

Mano vaikas patiria patyčias, ką aš galėčiau jam patarti. Jį pravardžiuoja, per pertraukas prikljuoja lapukus ant nugaros su įvairiaisiais pašaipiais žodžiais.. patarkite..

ATSAKYMAS:

Patyčios yra nemalonus ir skaudus išgyvenimas, apie kurį vaikai ne visada drąsiai pasakoja suaugusiems. Labai svarbu tai, kad Jūs žinote apie vaiko patiriamas patyčias – tokiu būdu Jūs turite progą nepalikti vaiko vieno su šia patirtimi ir padėti jam įveikti patyčių situacijas. Paprastai reikia nemažai laiko ir pastangų, kad patyčios liautųsi ar sumažėtų. Patikimo suaugusiojo buvimas šalia vaiko, jo išklausymas ir supratimas gali padėti vaikui išlaukti, kada situacija bent kiek pasikeis.

Visų pirma, vaikui, patiriančiam patyčias, reikia supratimo ir galimybės, su kuo nors kalbėtis apie tai, kaip jis jaučiasi ir kas su juo vyksta. Žinoma, neretai vaikui reikia ir idėjų ar minčių, kaip jis gali reaguoti į tokį bendraamžių elgesį, kaip jis pats gali bent šiek tiek pakeisti esamą situaciją. Klausiate, ką galėtumėt patarti vaikui. Kai vaikas patiria patyčias, išties norisi kuo greičiau surasti stebuklingą receptą, kaip jis galėtų patyčias įveikti. Deja, realybėje tokių stebuklingų receptų nebūna. Todėl yra svarbu neskubėti patarti, o tiesiog drauge su vaiku kalbėtis apie vykstančias patyčias ir suprasti, kas konkrečiai tose situacijose vyksta: nuo ko patyčios prasideda, kokie vaikai į tai įsitraukia, kaip pats vaikas į patyčias reaguoja. Patyčios vaikams kelia daug nemalonių jausmų, todėl natūralu, kad tokių jausmų apimtiems sunku konstruktyviai reaguoti į tokį bendraamžių elgesį. Neretai vaikams norisi atsakyti tuo pačiu, atkeršyti skriaudėjams, tačiau tai yra destruktivus ir agresyvus reagavimas į patyčias, kuris gali ne tik neatnešti naudos, bet ir pridaryti dar daugiau žalos vaikui. O kaip kitaip vaikas gali reaguoti patirdamas patyčias? Į patyčias kartais galima atsakyti humoru, ryžtingai ir aiškiai paprašant skriaudėjų liautis taip elgtis, stengiantis neparodyti, kad patyčios žeidžia, pasitraukiant kuo toliau nuo skriaudėjų, kreipiantis pagalbos į mokykloje dirbančius suaugusiuosius. Taip pat yra vertinga paieškoti patyčias patiriančio vaiko aplinkoje bendraamžių, su kuriais jis gerai sutaria ir su kuriais jis galėtų būti pertraukų metu ar tada, kai vaikas patiria patyčias. Skriaudėjams yra sunkiau šaipytis iš vaiko, kuris yra ne vienas ir turi draugų.

Kartais tėvams verta patiems apsilankyti mokykloje ir apie vykstančias patyčias pasikalbėti su klasės auklėtoju. Žinoma, tokį žingsnį būtina suderinti su vaiku, atsiklausti jo nuomonės, ar jis norėtų, kad mama ar tėtis eitų į mokyklą apie tai kalbėti. Auklėtojas, mokytojas yra tas žmogus,

kuris daugiau nei Jūs turi galimybių stebėti, kas vyksta tarp vaikų mokykloje, bei įsikišti į tas situacijas, kuomet vaikai skaudina ar žemina vienas kitą. Taigi kreipdamiesi pagalbos į mokytoją Jūs padėtumėte ne tik savo vaikui, bet ir kitiems klasės vaikams jaustis saugesniems klasėje bei mokykloje.

Sprendžiant patyčių situacijas reikia daug kantrybės ir vaikui, ir jo artimiesiems. Patyčios neatsiranda ir neįsitvirtina per vieną dieną, tad ir jų išgyvendinimas gali užtrukti. Linkime stiprybės Jums ir Jūsų vaikui.

Į naująją mokyklą vaikas ėjo noriai visą rugsėjo mėnesį, kol staiga jį pradėjo kamuoti pilvo skausmai, pykinimas

Esu 10-mečio berniuko mama. Berniukas ramus ir uždaras. Mokosi labai gerai. Šiais metais pradėjo eiti į kitą mokyklą, 5 klasę. Į naująją mokyklą ėjo noriai visą rugsėjo mėnesį, kol staiga jį pradėjo kamuoti pilvo skausmai, pykinimas. Iš pradžių maniau, jog tai apsinuodijimas ar kažkas panašaus, tačiau tie negalavimai pasireiškėdavo tik kai jam reikėdavo eiti į mokyklą. Doktorai nerado problemos, o tuo metu vaikas vis vemdavo. Galiausiai lapkričio pradžioje buvo diagnozuota, jog skausmai nerviniu pagrindu. Po savaitės nuvedžiau vaiką į mokyklą, tik įėjus į mokyklos patalpas vaikui pasipylė ašaros, ir jis paprasė grįžti nors priežastis nepaaiškino. Kiekvieną rytą noro į mokyklą eiti nerodydavo, išeidavo, tačiau man išėjus į darbą, grįždavo. Tik prakalbus apie galimas neėjimo į mokyklą priežastis kaip vaikai, nauja aplinka, vaikas tylėdavo, tačiau užsiminus apie smurtą vaikas apsipildavo ašaromis bet nieko nesakydavo tik: - Negaliu.

Kreipiausi į klasės auklėtoją, tačiau ji jokių muštynių-peštynių ar juolab nesutarimų tarp klasės draugų ir mano sūnaus nepastebėjo. Galiausiai neišpešusi jokios informacijos iš savo sūnaus, sulaukiau skambučio iš dukros, kuri šiuo metu gyvena užsienyje. Kadangi sūnus pasitiki savo vyresnėle, jis pasipasakojo, jog du berniukai pertraukų metu muša ir skriaudžia, liepia atiduoti pinigus, tyčiojasi. Nuėjusi į mokyklą su vaiku išgirdau auklėtojos ir pavaduotojos grasinimus mano sūnų pašalinti iš mokyklos dėl prasto lankomumo. O su



neklaužadomis "nėra prasmės kalbėti, nes jie visuomet taip elgiasi ir nieko pakeisti negalima". Ką tokioje situacijoje turėčiau daryti? Kur kreiptis?

ATSAKYMAS:

Nauja mokykla, nauji bendraklasiai – tai išbandymas vaikui, tuo labiau, jeigu naujoje aplinkoje yra žmonių, kurie elgiasi agresyviai. Jūsų sūnus patyrė patyčias, kurios sukėlė įvairias pasekmes: minėjote nenorą eiti į mokyklą, fizinius negalavimus, stiprią baimę. Gali atrodyti, kad patyčios yra vaikų žaidimai, neišvengiama bendravimo dalis, tačiau patyčios yra nepriimtinas elgesys, kaip ir bet kokie kiti smurtiniai veiksmai ir jos kelia rimtas pasekmes. Į patyčias yra būtina reaguoti bei jas stabdyti. Nieko nedarymas problemos neišsprendžia. Jeigu į patyčias nėra reaguojama, situacija tik blogėja.

Iš laiško suprantu, kad esate pasimetusi, klausiate, ką daryti toliau, tačiau svarbu, kad nenuleidžiate rankų ir ieškote pagalbos, nes išspręsti patyčių problemą – ne vieno žmogaus jėgoms. Patyčių situacijoje svarbu tiek sudrausminti skriaudėjus, tiek suteikti tinkamą emocinę pagalbą vaikui. Skriaudėjų sudrausminimui yra reikalinga kitų suaugusiųjų pagalba – mokyklos darbuotojų, kitų tėvų. Suprantama, kad po pokalbio su auklėtoja bei pavaduotoja galėjo kilti beviltiškumo, nusivylimo jausmas, jų nenoras suprasti ir padėti gali atrodyti nepriimtinas, tačiau galima bandyti kreiptis į kitus mokyklos darbuotojus: psichologą, socialinį pedagogą, kitus mokytojus, kurie galėtų patarti, kaip elgtis šioje situacijoje. Kiekvienoje mokykloje yra kuriamos elgesio taisyklės ir nustatomos nuobaudos už jų pažeidimą – tokiu būdu mokyklos administracija siekia užtikrinti vaikų saugumą. Daugiau apie drausminimo priemones bei pagalbos galimybes mokykloje galima sužinoti susitikus su mokyklos prevencinės grupės, kurios turi veikti kiekvienoje mokykloje, nariais.

Taip pat gali padėti pokalbiai su skriaudėjų tėvais bei pačiais skriaudėjais, tik šiuo atveju svarbu susilaikyti nuo noro atsilyginti skriaudėjams tuo pačiu. Yra žinomi atvejai, kai skriaudėjų „pamokymas“ tik pablogino situaciją. Galima atkreipti dėmesį ir į tai, kad pinigų atiminėjimas bei grasinimai yra priskiriami prie nusikalstamos veiklos, kurią turėtų nagrinėti policijos pareigūnai.

Prieš pradėdant veikti, svarbu atsižvelgti į vaiko poreikius, pasistengti priimti sprendimą kartu su juo – kartais vaikai bijo pasakoti apie patyčias suaugusiems, nes nerimauja dėl jų skubotų veiksmų. Todėl svarbu veikti atsargiai, šnekėti su vaiku, pasakoti apie savo ketinimus, skatinti jį pasidalinti savo jausmais, išsipasakoti apie savo baimes. Rašote, kad kol kas jausmai veržėsi į išorę sveikatos problemų pavidalu, ašaromis, bet ne žodžiais. Jeigu vaiko ašaros galėtų kalbėti, ką jos „pasakytų“?

Kartais vaikai gali jaustis kalti dėl vykstančių patyčių, jiems gali atrodyti, kad patys išprovokavo skriaudėjus, arba jie gali išgyventi gėdą, jog nesugeba apsiginti nuo skriaudėjų. Tačiau dažniausiai skriaudėjai yra stipresni, vyresni arba jų yra daugiau, ir tai priverčia patyčias patiriančiuosius

pasijusti bejėgiais. Svarbu padėti vaikui suprasti, kad niekas neturėjo teisės iš jo tyčiotis ir kad tai, kas įvyko, nėra jo kaltė.

Palaikymas, supratimas, dėmesys vaiko žodžiams, rūpestis yra pagrindiniai dalykai, kurie gali sušvelninti patyčių pasekmes. Jeigu vaikas nediršta ar nenori pasakoti apie tai, kas jį slegia, tuomet svarbu jo neskubinti, leisti pačiam pasirinkti tinkamą laiką ir net tinkamą žmogų (pvz., sesę) pasidalinimui.

Iškilus poreikiui galima kreiptis konsultacijos į specialistus. Nemokamą psichologinę pagalbą galite rasti mokykloje arba poliklinikų psichikos sveikatos centruose. Taip pat nemokamą emocinę paramą vaikams ir paaugliams telefonu ir elektroniniu paštu teikia Vaikų linija. Daugiau informacijos www.vaikulinija.lt.

Mano paauglys sūnus su manimi nesišneka

Turiu sūnų paauglį. Pastaruoju metu jis atrodo kažkoks liūdnas, su manimi nesišneka. Įtariu, kad patiria patyčias, bet nesu tikra. Tiesiai šviesiai jo klausiau, ar jo neskriaudžia mokykloje, bet jis nieko neatsakė. Skambinau auklėtojai, sako, kad irgi pastebėjo, jog mano sūnaus elgesys pasikeitė. Bet kaip aš galiu jam padėti, jeigu jis su manimi nesišneka?

ATSAKYMAS:

Laiške išreiškiate susirūpinimą savo sūnumi. Kaip suprantu, Jums kelia nerimą pakitęs vaiko elgesys bei jo uždarumas. Įtariate, kad iš Jūsų sūnaus mokykloje gali būti tyčiojamosi, tačiau nežinote, kaip jam padėti, nes jis nepasakoja apie tai, kas vyksta.

Rašote, jog Jūsų sūnus – paauglys. Paauglystės metu vaikai išgyvena daugybę pokyčių: jie bręsta, kinta jų išvaizda, mąstymas, požiūris į daugybę dalykų. Minėti pokyčiai gali paaugliui kelti nerimą, pasimetimą ar kitus jausmus. Nenuostabu, kad ir pats elgesys pakinta. Tačiau staigūs vaiko elgesio pokyčiai, atsiradęs liūdesys gali būti susiję ir su patiriamomis patyčiomis mokykloje. Taip pat apie patiriamas patyčias gali liudyti ir vaiko nenoras lankyti mokyklą arba atskirų pamokų vengimas.

Klausiate, kaip galite padėti savo sūnui, jeigu jis su Jumis nesišneka, neatsako, kai tiesiai jo paklausiate apie patiriamas patyčias? Patiriamas patyčias vaikai nediršta pasakoti apie tai tėvams dėl daugybės priežasčių, pavyzdžiui, nenori tėvų jaudinti, jaučia gėdą, kad negali patys apsiginti, abejoja, kad nuo pokalbio su tėvais kas nors pasikeis ar bijo skriaudėjų keršto. Todėl neretai kalbėtis su skriaudžiamu vaiku gali būti nelengva. Gali prireikti daug pokalbių kitomis, vaikui mažiau skaudžiomis, temomis, kol jis prabils patyčių tema. Pokalbiuose su vaiku labai svarbu išreikšti supratimą ir palaikymą, nuoširdžiai juo domėtis. Pavyzdžiui, galima sakyti „aš tave myliu ir man iš tiesų rūpi, kas su tavimi vyksta“, „suprantu, kad galbūt tau nesinori visko pasakoti

man, bet man kelia rūpestį liūdesys tavo veide“. Vaikui pradėjus kalbėti, kažką pasakoti svarbu dėmesingai jo klausytis, nepertraukinėti, nekritikuoti, o skatinti kalbėti, teirautis, ką jis pats mano apie savo situaciją, ko jis norėtų, ką siūlytų daryti ir pan. Taip palengva vaikas prisileidžia suaugusįjį ir būna pasiruošęs jam atsiskleisti. Reikia pripažinti, kad šio proceso metu gali prireikti nemažai kantrybės ir pastangų, tačiau atlygis neįkainojamas – artimi ir atviri santykiai su vaiku.

Minėjote, kad kreipėtės į auklėtoją, mėgindama suprasti, kas vyksta. Patyčių situacijose mokyklos ir tėvų bendradarbiavimas labai svarbus. Todėl svarbu ir toliau palaikyti teisingą ryšį su klasės auklėtoja, dar kartą pasiteirauti, kaip sekasi Jūsų sūnui, ką ji pastebi, kaip, jos manymu, kiti su juo elgiasi, kas gali turėti įtakos pastariesiems sūnaus elgesio pokyčiams, kuo auklėtoja gali padėti ar kuo Jūs galėtumėte prisidėti. Sprendžiat patyčių situacijas labai svarbu į sprendimų ieškojimo procesą įtraukti patį vaiką. Kartais vaikai nepasakoja tėvams apie patiriamas patyčias dar ir todėl, kad bijo, jog tėvai pasielgs impulsyviai, kaip vaikas nenorėtų. Todėl galima iš anksto vaiką įspėti, jog nieko nedarysite jam nežinant ir išėities ieškosite kartu. Taip parodote, jog jo nuomonė Jums yra svarbi ir laikote jį gebančiu dalyvauti išėičių ieškojimo procese bei priimti sprendimus. Stiprybės Jums!

Ar vaikai privalo apsiginti patys?

Man keista, kad apsigynimas šiais laikais yra vadinamas netinkamu elgesiu. O tai ką tiems vaikams daryti – leisti, kad iš jų tyčiotųsi ir juos žemintų? Taip ir iki savižudybės gali daeiti... Pats auginu du sūnus ir visuomet juos mokinau, kad jie privalo apsiginti patys, nes niekas kitas už juos to nepadarys. Dabar gi gaunasi, kad mokau vaikus agresyviai elgtis! Gi nesakau jiems mušti kitus, tik mokinu, kad kai kas juos puola – duotų atgal. Nes su šiuolaikiniais paaugliais kitaip susitarti neįmanoma. Prisimenu ir pats mokykloje buvau bloznas, nestiprus, tai vis atsirasdavo tokių, kurie užgaudavo. Situacija pagerėjo tik tuomet, kai vienam iš jų gerai daviau į kaulus. Baigėsi visos patyčios ir užkabinėjimai. Ir ne vieną tokią situaciją prisimenu, kad tik pats apsigindamas galėjai išgyventi. O dabar visus mokina priešingai – tik neduok atgal, bėk, slėpkis, pasakok mokytojams. Išauginsim bailių kartą...

ATSAKYMAS:

Keliate labai svarbų klausimą: kaip patyčias patiriančiam vaikui apsiginti nuo skriaudėjų? Jūsų patirtis rodo, kad efektyvu yra duoti atgal, t.y. atsakyti smurtautojams tuo pačiu. Rašote, kad toks reagavimas Jums padėjo sustabdyti patyčias, kai buvote mokinys. Tačiau minite ir tai, jog dažnai tenka girdėti apie tai, kad agresyvus reagavimas yra netinkamas. Kyla klausimas, kaip mokyti vaikus elgtis, kaip jie turėtų reaguoti į patyčias?

Neleisti skriaudėjams tyčiotis ir agresyviai reaguoti į patyčias – tai du skirtingi dalykai. Skriaudėjai

besityčiodami dažnai laukia stiprios reakcijos iš vaiko – nori, kad jis apsiverktų, o kartais net tyčia provokuoja agresyvių elgesį. Taigi besielgdamas agresyviai, vaikas gali patenkinti skriaudėjų lūkesčius. Taip pat didelė tikimybė, jog agresyviai besielgdamas mokinys, nors tą daro tik siekdamas apsiginti prieš skriaudėjus, gali sukelti mokytojų nepasitikėjimą ar net būti apkaltintas kaip patyčių iniciatorius. Iš kitos pusės, jeigu vaikas stengiasi ignoruoti patyčias arba tvirtai pasako „NE“ skriaudėjams, tai gali padėti nuraminti smurtautojus. Patiriančio patyčias vaiko kūno poza (susigūžęs, nuleidęs galvą), balsas (tylus, drebantis) gali išduoti jo baimę, nepasitikėjimą savimi, kuo ir naudojami besityčiojantys mokiniai. Tačiau pakelta galva, tiesus žvilgsnis, tvirtas balso tonas rodo, jog vaikas nebijo skriaudikų ir jo neveikia jų patyčios.

Taigi svarbu skirti tvirtumą nuo agresyvumo ir padėti vaikams atskirti šiuos dalykus. Dar vienas alternatyvus būdas – reaguoti į patyčias humoru, kas leidžia suprasti, kad skriaudžiamas vaikas gali susitvarkyti su savo jausmais ir be pykčio atsakyti į patyčias. Dažnai patyčių situacijoje yra sunku sugalvoti šmaikštų ir kartu neįžeidžiantį atsakymą, tačiau tą atsakymą vaikas gali paruošti iš anksto pats ar pasitaręs su tėvais.

Svarbu paminėti, kad patyčių situacijoje egzistuoja jėgų disbalansas arba persvara. Dažnai skriaudėjų būna daugiau, jie yra stipresni, todėl patyčias patiriantis vaikas patenka į tokią situaciją, kur jis sunkiai gali apsiginti. Taip pat jeigu patyčias patiriantis vaikas bando keršyti smurtautojams, tie gali tyčiotis dar labiau ir taip patenkama į užburtą ratą, iš kurio yra pakankamai sudėtinga pasitraukti. Todėl yra akcentuojama suaugusiųjų žmonių pagalba ir jos svarba, nes stabdyti patyčias – tai ne vaikų, o suaugusiųjų atsakomybė ir pareiga. Aišku, vaikas gali nenorėti priimti suaugusiųjų pagalbos ir mėginti pats susitvarkyti su susiklosčiusia situacija, tačiau tai dažniausiai neįmanoma dėl jėgų persvaros. Vaikai gali norėti patys tvarkytis su patyčiomis, nes dažnai iš mūsų, suaugusiųjų, girdi tokias frazes: „nebūk skystablauzdis, apsigink pats“, „netylėk, duok atgal!“. Tokios frazės įpareigoja vaiką veikti savarankiškai. O jeigu nepavyksta apsiginti? Tuomet ir taip nuskriaustas, įskaudintas vaikas gali nukentėti dar labiau ir pradėti galvoti: „koks aš nevykėlis, aš nemoku apsiginti“.

Taigi suaugusiųjų pagalba turėtų ne pabloginti situaciją, o padėti ją išspręsti, juk suaugusiųjų pagalbos tikslas – padėti vaikui. Padėti vaikui įmanoma tik tada, kai žinome, kas vyksta jo gyvenime, kai domimės juo ir esame pasiruošę bet kada jį išklausti bei palaikyti.



VAIKAS SKRIAUDŽIA KITUS

Sužinoti apie tai, kad vaikas tyčiojasi iš kitų gali būti taip pat sunku, kaip ir sužinoti apie tai, kad vaikas patiria patyčias. Dažnai tėvai apie netinkamą savo vaiko elgesį sužino iš aplinkinių ir kartais sunku patikėti tuo, ką sako kiti, nesinori pripažinti, kad vaikas elgiasi netinkamai. Taip pat gali kilti tokie neigiami jausmai kaip gėda, pyktis ir noras greitai paauklėti ar net perauklėti vaiką. Tačiau nuo skubotų veiksmų geriau susilaikyti ir pamėginti suprasti, kas skatina vaiką elgtis netinkamai, bei padėti jam įveikti sunkumus.

MITAS: Vaikai „išauga“ iš patyčių.

REALYBĖ: Patyčios ilgainiui gali perraugti į kitokį agresyvų ar socialiai nepageidautiną elgesį vyresniajame amžiuje.

Mano vaikas tyčiojasi iš kitų

Mano vaikas tyčiojasi iš kitų, auklėtoja sako, kad jis prasivardžiuoja, stumdomi, grubiai kalba net su kai kuriais mokytojais. Mūsų šeimoje taip niekas nesielgia, su vyru griežtai auklėjame sūnų. Iš kur jo toks elgesys? Kaip mums reaguoti į mokytojų žodžius?

ATSAKYMAS:

Suprantame Jūsų susirūpinimą dėl sūnaus elgesio – nėra malonu žinoti, kad vaikas elgiasi visai kitaip, nei iš jo tikėtės. Labai svarbu, kad įsiklausote į mokytojų suteiktą informaciją apie Jūsų vaiko elgesį ir mėginate surasti būdus, kaip Jūs su vyru galite į tai reaguoti. Tėvų ar kitų šeimos narių dalyvavimas keičiant agresyvų vaiko elgesį yra labai svarbus, be tėvų pagalbos patyčias išgyvendinti gali būti labai sunku ar net neįmanoma.

Svarstote, iš kur vaikas galėjo išmokti tyčiotis, jei Jūs su vyru taip nesielgiate. Yra daugybė priežasčių, dėl ko vaikas gali pradėti tyčiotis iš kitų. Patyčios išties yra išmoktas elgesys, jo vaikas gali išmokti nebūtinai namuose – svarbu ir tai, kokį suaugusiųjų ar bendraamžių elgesį vaikas mato greta namų, mokykloje ar kitose vietose, kuriose jis lankosi. Kartais vaikai pradeda tyčiotis, kuomet patys yra patyrę patyčias ar išgyvena kokią nors kitą nuoskaudą, ir tokiu būdu mėgina atlyginti patirtą skriaudą. O kartais vaikai nežino neagresyvių būdų pelnyti bendraamžių pagarbą ir pripažinimą – tuomet patyčios tampa būdu jaustis stipriam ir gerbiamam. Pasitaiko ir tokių situacijų, kai vaikai net nemano, kad pastūmimas ar prasivardžiovimas yra netinkamas elgesys – juk „visi taip elgiasi“. Taip nutinka tais atvejais, kai mokykloje patyčių kultūra yra labai įsigalėjusi ir mokyklos suaugusieji nestabdo vaikų agresyvaus elgesio, neįveda aiškių taisyklių, nurodančių, koks elgesys yra tinkamas, o koks ne.

Klausiate, kaip Jums derėtų reaguoti į mokytojų žodžius dėl savo vaiko elgesio. Išties svarbu

reaguoti – visų pirma skirti laiko ir surinkti kuo daugiau informacijos iš pačių mokytojų, o paskui – pasikalbėti su savo vaiku, kad galėtumėte geriau suprasti, kas su juo vyksta. Kadangi patyčios vyksta mokykloje ir namuose Jūs nepastebite tokio vaiko elgesio, Jums svarbu susidaryti aiškų vaizdą, kas vyksta ir ką Jūsų vaikas konkrečiai daro. Kalbėdami su mokytojais galite pasiteirauti, kaip seniai ir kaip dažnai jie pastebi netinkamą vaiko elgesį, iš ko konkrečiai jis tyčiojasi (ar yra vienas vaikas, ar patyčios nukreipiamos į įvairius vaikus), kaip reaguoja, jei yra stabdomas, koku metu jis tyčiojasi (ar tam tikroje pamokoje, ar tokį elgesį stebi daugelis mokytojų, ir pan.). Taip pat galite pasiteirauti, kokias poveikio priemones mokytojai taiko Jūsų vaiko netinkamam elgesiui keisti – patyčias ar kitą agresyvių elgesį lengviau išgyvendinti, jei vaikas sulaukia panašių reakcijų į netinkamą elgesį mokykloje ir namuose, jei ir vienoje, ir kitoje vietoje kuriamos tokios pačios elgesio taisyklės. Gavę daugiau informacijos apie vaiko elgesį, susidarysite aiškesnę situacijos vaizdą ir galėsite adekvačiau planuoti tolimesnius savo veiksmus.

Kitas žingsnis – jei jau iš mokytojų išgirdote apie netinkamą vaiko elgesį, svarbu, kad apie tai pasikalbėtumėte ir su savo vaiku. Tikėtina, kad to iš Jūsų tikėtis ir mokytojai, ir pats vaikas, kuris paprastai žino ar bent įtaria, kad tėvai yra informuoti apie jo elgesį. Svarbu, kad pokalbiu nesiektumėte vaiko apkaltinti ar kuo greičiau nubausti už netinkamą elgesį, o visų pirma stengtumėtės suprasti jo poziciją ir pamatyti situaciją jo akimis. Tokiame pokalbyje svarbu išlikti kiek įmanoma ramesniam, būtinai parodyti vaikui, kad Jus neramina tai, ką apie jį išgirdote iš mokytojų, ir kad norite suprasti, kas vyksta, bei padėti vaikui. Nenustebkite, jei vaikas nepuls Jums pasakotis iš karto – neretai reikia kantrybės, laiko ir ne vieno pokalbio, kol vaikas pasako, kas su juo vyksta ir dėl ko jis tyčiojasi. Tokio pokalbio metu taip pat vaikui galite parodyti, kad Jūs būtinai reaguosite į pranešimus apie patyčias kaip ir į bent kurį kitą netinkamą vaiko elgesį, pvz. galite iš anksto vaiką įspėti, kokios pasekmės jo laukia, jei jis ir toliau tyčiosis.

Būna situacijų, kuomet vaikai nelinkę atvirauti su tėvais ir nenori su jais bendradarbiauti sprendžiant elgesio problemas. Jei jaučiate, kad nepaisant Jūsų pastangų vaikas vis tiek lieka uždaras, galite jo paklausti, su kuo jis galėtų šiuo klausimu kalbėtis, ar patys pasiūlyti jam pasikalbėti su kuo nors kitu, pvz. kitu šeimos nariu, specialistu (socialiniu pedagogu, psichologu). Kitų žmonių ar specialistų parama ir pagalba gali būti labai vertinga, keičiant vaiko netinkamą elgesį.

Mano vaikas susimušė su kitu vaiku

Prieš tris dienas atsitiko tokia situacija, kad mano vaikas per pertrauką susimušė su kitu klasės vaiku. Mano sūnus stipriai sudavė klasiokui. Vykdo pokalbis su klasės auklėtoja, su to vaiko tėvais. Mano vaikas visai pasimetęs, sako, kad jį išprovokavo – erzino bei pravardžiavo. Tas tyčiojosi, o mano vaikas liko kaltas. Kaip man reaguoti?

ATSAKYMAS:

Rašote, kad įvyko muštynės tarp Jūsų sūnaus ir kito berniuko. Tas įvykis galėjo sukelti nerimą patiems vaikams ir suaugusiems, todėl suprantame, kad ir Jūs, ir Jūsų sūnus galite jaustis pasimėtę. Nors gali atrodyti, jog muštynės yra neatsiejama berniukų bendravimo dalis – juk visiems pasitaiko, tačiau taip nėra. Tai nėra tinkamas elgesys, todėl svarbu suprasti, kas atsitiko ir kas galėjo sukelti muštynes.

Rašote, kad bendraklasis tyčiojosi iš Jūsų berniuko. Sistemingos patyčios gali sukelti įvairias pasekmes: patyrę patyčias vaikai gali jaustis nesaugiai, jiems gali kilti stiprūs neigiami jausmai, tokie kaip liūdesys, baimė, pyktis bei noras „duoti atgal“ skriaudėjui. Dažnai vaikai bando patys susitvarkyti su esama situacija ir nedrįsta apie tai papasakoti suaugusiems, prašyti pagalbos – jiems gali būti gėda dėl to, kas vyksta, taip pat vaikai gali nerimauti dėl skubotos ir neprognozuojamos tėvų reakcijos. Tačiau patyčių situacijoje vaikams yra labai reikalinga suaugusiųjų pagalba. Kaip Jūs galite padėti savo vaikui? Pirmiausia, išklausydami jį ir nekaltindami dėl to, kas įvyko per pertrauką. Vaikas turi žinoti, kad jis gali Jumis pasitikėti. Svarbu kalbėti su vaiku ir apie vykusias patyčias: kaip ir kada iš jo tyčiojosi, kaip jis jautėsi, kas būtent įvyko prieš tris dienas ir kas išprovokavo muštynes. Atviras pokalbis gali atnešti sūnui palengvėjimą, o Jūs geriau įsivaizduosite situaciją. Visų antra, su sūnumi reikėtų aptarti, kaip nesmurtiniu būdu galima spręsti patyčias, nes smurtas tik pablogina situaciją. Patiriantys patyčias vaikai gali:

- neagresyviai bet tvirtai pasakyti „Ne“ skriaudėjams arba atsakyti „Man nejuokinga“;
- reaguoti humoru, pajuokavimu;
- vengti vietų, kur vyksta patyčios;
- laiku kreiptis pagalbos į suaugusiuosius, kuriais pasitiki.

Ką suaugusieji mokykloje žino apie tai, kad bendraklasis erzino bei pravardžiavo Jūsų sūnų? Gali būti taip, kad buvo tyčiojama ne tik iš Jūsų sūnaus, bet ir iš kitų klasės vaikų, todėl apie patyčias svarbu kalbėti su mokyklos darbuotojais bei to vaiko tėvais. Svarbu skatinti juos nagrinėti ne vien įvykusias muštynes, bet ir tai, kas už jų slypi. Taip pat į pokalbį galima pakviesti mokyklos specialistą – psichologą, socialinį pedagogą, kuris galėtų nešališkai įvertinti situaciją ir padėtų ją konstruktyviai išspręsti.

Prisiminkite, sumažinti ar sustabdyti patyčias – ne vieno žmogaus jėgoms. Efektyviam šios problemos sprendimui reikalingas aktyvus mokytojų, mokyklos administracijos, tėvų ir moksleivių įsitraukimas. Stiprybės Jums!



VAIKAS STEBI PATYČIAS

Nemažai mokinių vengia įsitraukti į vykstančias patyčias ir padėti skriaudžiamam vaikui, nors ir sielojasi dėl to. Vaikai, stebintys patyčias, nenori akivaizdžiai į jas reaguoti, nes mano, kad:

- patys gali tapti patyčių aukomis;
- dar labiau pakenks aukai;
- nesulauks jokio palaikymo iš kitų mokinių ar mokytojų.

Neįmanoma sustabdyti patyčių, jeigu vaikai, stebintys patyčias, niekaip į jas nereaguoja ir nebando jų nutraukti.

Vaikų apklausos rodo, kad labai dažnai jiems nėra malonu stebėti patyčias. Stebint patyčias ir nepadedant aukai nemažai daliai vaikų baisu ir gėda. Taigi nesvarbu, kokį vaidmenį atlieka vaikai – patyčios veikia kiekvieną.

Sūnus stebi, kaip tyčiojamosi iš jo klasės draugų

Mano antrokas sūnus neseniai grįžęs iš mokyklos pasakė, kad O. muša klasiokę. Pasidalino pasakodamas, kaip praleido dieną mokykloje. Paklausinėju jį apie tai ir paaiškėjo, kad O. dažnai mušasi, ir mano vaikas pats bijo nuo jo gauti. Kaip turėčiau reaguoti sužinojusi apie tai? Pati pradėjau bijoti, kad mano vaikas gali nukentėti.

ATSAKYMAS:

Suprantama, jog yra neramu dėl to, kad Jūsų vaiko klasėje yra berniukas, kuris mušasi ir agresyviai elgiasi. Baiminatės, jog ir Jūsų vaikas gali tapti skriaudėjo taikiniu, todėl teiraujatės, kokių imtis veikslių. Visų pirma, galite pasikalbėti su savo sūnumi apie agresyvų elgesį, pabrėžti, kad tai, ką daro klasės berniukas, nėra tinkamas elgesys. Kartais vaikai ima pavyzdį iš aplinkinių, pvz., jie gali galvoti, kodėl O. galima taip elgtis, o man ne? Taigi Jūsų užduotis yra paaiškinti sūnui, kad tai ką daro O., nėra gerai. Taip pat iš anksto aptarti su vaiku, kaip jis gali elgtis, jeigu kartais skriaudėjas bandys užpulti ir jį. Vaikas gali ieškoti pagalbos: kreiptis į mokytoją, į kitą suaugusįjį mokykloje, nueiti į saugesnę vietą ir kt.

Taip pat Jūs galite kreiptis į klasės auklėtoją ir papasakoti savo sūnaus pastebėjimus bei pasidalinti nerimu ir baime, kad Jūsų vaikas gali tapti kitu skriaudėjo taikiniu. Tokiu pokalbiu Jūs suteiktumėte auklėtojai informacijos apie tai, kas vyksta klasėje bei paskatintumėte mokytoją imtis veikslių. Gali būti, jog mokyklos darbuotojai jau ėmėsi tam tikrų veikslių, mėgindami keisti O. elgesį ar užtikrinti kitų klasės vaikų saugumą – Jums tikriausiai būtų naudinga sužinoti, kokių. Jeigu nerimaujate dėl Jūsų vaiko saugumo, visada apie stebimas patyčias galima pranešti anonimiškai arba paprašyti neatskleisti vaiko tapatybės. Taip pat svarbu suprasti, kad visų šitų

veiksmų svarbu imtis tik po to, kai pasitarsite su savo vaiku. Sūnus gali jaustis nesaugiai sužinojęs, kad veikiate jo neįspėjusi ir galbūt kitą kartą nepasakoti apie savo išgyvenimus.

Rekomenduojame kreiptis pagalbos, nes patyčios, smurtas – tai nėra vieno ar dviejų žmonių reikalas, tai yra elgesys, kuris yra susijęs su visais klasės vaikais, jų tėvais bei visa mokykla. Todėl norint sėkmingai spręsti patyčių situacijas, būtinos visų pastangos bei tarpusavio bendradarbiavimas.

Mama, aš nebūsiu skundikas

Vakar mano sūnus grįžta namo ir man pareiškia „mama, aš daugiau niekada nebūsiu skundikas“. Klausiu, iš kur jis ištraukė, kad jis skundikas, o jis man – „mokytoja sakė, kad skųsti negražu“. Pasirodo, vakar vaikas papasakojo mokytojai, kaip matė, kad klasiokas atėmė pieštukus iš kitos mergaitės. Mes su vaiku visada kalbėdavom, kad jei kažkas negera daro tau ar tavo daiktams, ar matai kitą negerą darantį – būtinai pasakyk. Tai jis ir pasakė. O mokytoja sugėdino – ai, kaip negražu skųsti. Žinau, kad sūnui mokytoja patinka, jis labai įsiklauso į jos žodžius, bet man labai nepatinka, kad mokytoja taip jį sugėdino. Juolab, kad jaučiuosi teisi mokindama vaiką kalbėti apie savo sunkumus ar tas situacijas, kai mato kitą skriaudžiamą. Ką man dabar reikėtų daryti? Ar tiesiog skatinti vaiką, kad pasakotų apie tokius dalykus man, ar kažką kalbėti su mokytoja? Bet ką su ja reikėtų kalbėti net ir nežinau...

ATSAKYMAS:

Laiške išreiškiate susirūpinimą dėl to, kad mokytoja sugėdino Jūsų sūnų, kuris papasakojo jai apie netinkamai besielgusį ir mergaitę skriaudusį klasės draugą. Jums kelia nerimą, kad šis mokytojos poelgis prieštarauja tam, ką Jūs savo sūnui bandėte įdiegti: jog svarbu papasakoti, kai esi skriaudžiamas, ar matai, kad skriaudžiamas yra kitas. Taigi esate pasimetusi ir nežinote, kaip toliau elgtis.

Yra labai svarbu vaiką skatinti pasidalinti patiriamais sunkumais, papasakoti suaugusiam apie tai, kad jis pats yra skriaudžiamas, ar pastebi, kad skriaudžiamas yra kitas – taip ugdomas vaiko gebėjimas kreiptis pagalbos, jautrumas kitam žmogui bei aktyvi pozicija, siekiant padėti skriaudžiamam. Deja, tiek tarp suaugusiųjų, tiek tarp vaikų vis dar yra paplitusi nuostata, kad papasakoti kažkam apie vykstančias patyčias yra netinkama, netgi gėdinga, vadinama „skundimu“. Kadangi patyčios – tai netinkamas elgesys, skaudinantis bei žeidžiantis kitą, svarbu jį tai reaguoti, bandyti sustabdyti. Būtent tą Jūsų sūnus ir mėgino daryti, papasakodamas mokytojai, ką matė. Liūdina tai, jog mokytoja užuot padrąsinusi ir paskatinusi, vaiką sugėdino, tuo parodydama, kad toks elgesys jai atrodo nepageidautinas. Suprantama, per visą dieną vaikai daug dalykų pasakoja mokytojai, tai gali varginti, todėl tikrai ne viską reikia skatinti vaikus jai

pasakoti. Jeigu stebimas elgesys nėra niekam kenksmingas ar žalingas, iš tiesų nebūtina apie tai informuoti mokytojos (pavyzdžiui, kad Jonas įsimylėjo Agnę, kad Tadas užsižio pojo pro langą). Tačiau jei stebimas elgesys yra kitą žeidžiantis – būtinai reikia skatinti vaikus apie tai pranešti, nes suaugę privalo žinoti apie netinkamą vaikų elgesį ir jį stabdyti.

Klausiate, ką Jums reikėtų daryti. Pirmiausia, galite pasikalbėti su sūnumi, jam paaiškinti, kodėl būtent taip mokinate savo vaiką elgtis, kuo toks elgesys yra svarbus. Žinoma, nelengva, kai Jūsų diegiamas vaikui nuostatos, atrodo, nesutampa su tuo, ką jis girdi iš mokytojos, kuri taip pat yra vaikui labai svarbus asmuo. Jeigu Jums kyla neaiškumų ar klausimų, tikrai turite teisę pasikalbėti su mokytoja apie įvykusią situaciją. Žinoma, svarbu, kad tokio pokalbio metu neimtumėte mokytojos kaltinti, o siektumėte išsiaiškinti situaciją ir suprasti mokytojos motyvus (juk ir situaciją girdėjote tik iš vaiko pusės), taip pat pasidalintumėte savo jausmais ir pastebėjimais, kaip ir kuo svarbu vienaip ar kitaip elgtis. Svarbiausia, kad tiek tėvai, tiek mokykla veiktų išvien ir bendromis pastangomis ugdytų socialiai atsakingą, kito išgyvenimams jautrų ir pagarbiai besielgiantį žmogų.

KAIP TĖVAI GALI BENDRADARBIAUTI SU MOKYKLA?

Patyčias sustabdyti galima tik bendromis tėvų, mokytojų, vaikų pastangomis. Tad labai svarbus dalykas, reaguojant į patyčių situacijas, yra bendradarbiavimas: tėvų su mokytojais, mokytojų su tėvais, suaugusiųjų su vaikais.

Svarbu būtų akcentuoti ir tai, kad tėvai gali padėti mažinti patyčių mastą mokykloje. Tėvai gali:

- Aptarti su savo vaiku mokyklos discipliną ir tvarką. Parodyti, kad gerbia taisykles bei paaiškinti, kodėl jos yra būtent tokios.
- Įtraukti savo vaiką į tinkamo elgesio taisyklių kūrimą namie.
- Kalbėti su savo vaiku apie prievartą, agresiją, kurią jis mato per televiziją, vaizdo žaidimuose, mokykloje ir pan.
- Padėti savo vaikui suvokti agresyvaus elgesio padarinius, žalą.
- Mokyti vaiką spręsti problemas be smurto, išreikšti pyktį nežeidžiant kitų žmonių nei žodžiu, nei fiziškai.
- Taip pat įsitraukti į savo vaiko mokyklos gyvenimą, bendrauti su jo mokytojais, lankyti susirinkimuose.
- Įsitraukti į įvairią mokyklinę veiklą, kuria sprendžiama smurto, patyčių problema.

Tėvai gali padėti
kurti saugias
mokyklas!

Klasėje vyksta ginčai, konfliktai, patyčios

Mūsų klasė buvo draugiška, kol vaikai neperėjo į penktą klasę. Dabar dažnai girdžiu iš vaiko bei kitų tėvų, jog dažnai vyksta ginčai, konfliktai, patyčios. Galvojame, kad tai kažkaip susiję su nauja mokytoja – ji visiškai nemoka valdyti klasės, todėl vaikai per pamokas išdarinėja ką tik nori. Ką mes kaip tėvai galime padaryti – juk nepasakysi mokytojai, kad ji blogai dirba?

ATSAKYMAS:

Pasakojate, kad Jūsų vaiko klasė buvo draugiška iki penktos klasės, bet šiais metais situacija pasikeitė. Tai gali būti susiję su įvairiais dalykais. Vaikai perėjo iš pradinės į vidurinę mokyklą, t.y. susidūrė su įvairaus pobūdžio pasikeitimais: daugiau pamokų, skirtingi mokytojai, vyresnių vaikų kaimynystė, prasideda prieštaravimų kupinas paauglystės laikotarpis. Visi šie pokyčiai yra išbandymų metas vaikams ir gali kelti jiems įvairius išgyvenimus – jausmą, kad jie jau yra dideli (nebe pradinukai), todėl gali elgtis drąsiau, galbūt norą išbandyti kažką naujo bei pasirodyti vieni prieš kitus. Taigi šie pokyčiai gali keisti ir atmosferą grupėje.

Rašote, kad tarp vaikų kyla vis daugiau konfliktų, kas Jums – kaip tėvams – kelia nerimą. Suprantama, kad pablogėjusi atmosfera klasėje gali skatinti patyčias, agresyvų elgesį, todėl labai svarbu, jog keliate šį klausimą. Būtina yra aptarti susiklosčiusią situaciją su klasės auklėtoja, nekaltinant jos ir nevertinant jos darbo. Kartu yra lengviau surasti sprendimą. Vienas iš galimų sprendimų yra rengti sistemingas klasės valandėles vaikams draugystės, tolerancijos tema, kurias paprastai veda pati mokytoja arba mokyklos specialistai (pavyzdžiui, psichologas, socialinis pedagogas).

Savo susirūpinimą galima išreikšti ir vaikui bei paklausti, kaip vaikui atrodo, kas vyksta klasėje. Kai kurie pastebėjimai gali būti įvardinti tėvų susirinkimo metu.

Kadangi Jūsų aprašyta situacija yra apie visų klasės vaikų santykius, galite inicijuoti tėvų susirinkimą bei pakalbėti su kitų vaikų tėvais apie tai, ką pastebite, pasidalinti savo nerimu. Visi kartu – mokytoja ir tėvai, padiskutuavę, galėsite geriau suprasti, kas vyksta tarp vaikų ir kokių veiksmų galima imtis. Klasės tėvų susirinkimo metu galima aptarti, kaip tėvai galėtų įsitraukti į klasės atmosferos keitimą. Pavyzdžiui, klasės bendruomenę bei draugišką atmosferą gali sustiprinti bendri klasės renginiai, išvykos, kur dalyvautų vaikai ir tėvai. Patyčioms ar kitam nepagarbiam elgesiui priešnuodis yra draugiškas ir pagarbus bendravimas, tiek mokykloje, tiek namuose. Todėl tėvų pavyzdys bei bendravimas su savo vaikais šiomis temomis gali paskatinti juos dažniau demonstruoti laukiamą elgesį.

Kokia bebūtų pasikeitimų priežastis, neslėpėte susirūpinimo, neignoravote pasikeitimų, o padarėte pirmą žingsnį sunkumų sprendimo link. Sėkmės Jums žengiant tolimesnius žingsnius!

Tėvų susirinkimas dėl patyčių

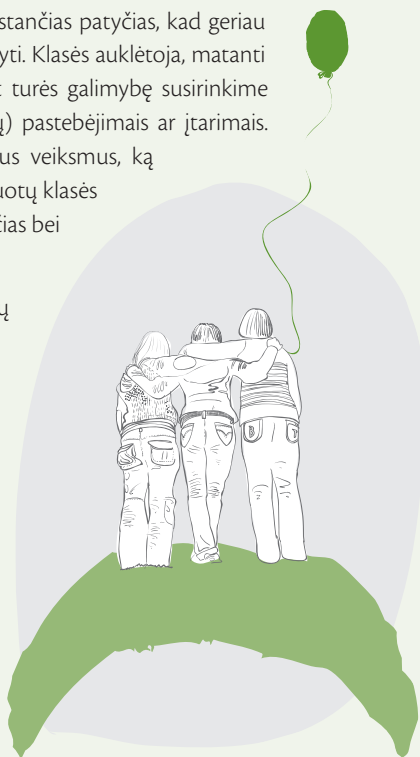
Dėl patyčių iš mano vaiko po savaitės bus klasės tėvų susirinkimas. Auklėtoja manęs paprašė pasiruošti šiam susirinkimui, nes pati jį inicijavau. Jaučiuosi sutrikusi, nes nežinau, kaip turėčiau tokiame susirinkime elgtis, ką sakyti? Juolab, kad iš mokytojos šiuo klausimu palaikymo tikrai nedaug..

ATSAKYMAS:

Laiške dalinatės savo nerimu dėl artėjančio klasės tėvų susirinkimo, kuriame bus aptariama patyčių iš Jūsų vaiko situacija. Apgailėstaujame, kad Jūsų vaikas patyrė bendraamžių tyčiojimąsi. O kartu norisi pasidžiaugti Jūsų iniciatyvumu bei parodytomis pastangomis, siekiant konstruktyviai išspręsti susiklosčiusią situaciją. Patyčių situacijų sprendimas – ne vieno ar kelių žmonių jėgoms, tai visos klasės ir net mokyklos reikalas, todėl svarbu tiek vaikams, tiek mokytojams, tiek tėvams įsitraukti bei bendrai ieškoti sprendimų.

Tėvų susirinkimas – puiki vieta ir galimybė aptarti klasėje susidariusią situaciją. Susirinkime tiek Jūs, tiek kiti tėvai galės pasidalinti tuo, ką žino apie vykstančias patyčias, ką yra tekę girdėti iš savo vaikų. Todėl būtų svarbu, kad dar iki susirinkimo pasikalbėtumėte su savo vaiku bei sužinotumėte kuo daugiau informacijos apie vykstančias patyčias, kad geriau suprastumėte situaciją ir tiksliau galėtumėte ją pristatyti. Klasės auklėtoja, matanti ir galinti stebėti vaikus mokyklos aplinkoje, taip pat turės galimybę susirinkime pasidalinti savo (ar kitų mokyklos darbuotojų, vaikų) pastebėjimais ar įtarimais. Geriau išsiaiškinus situaciją, galima numatyti bendrus veiksmus, ką kiekvienas iš tėvų galėtų daryti, kokius veiksmus planuotų klasės auklėtoja, siekiant sustabdyti klasėje vykstančias patyčias bei pagerinti atmosferą klasėje.

Iš laiško atrodo, kad jaučiatės atsakinga už klasės tėvų susirinkimo vedimą, tiksliau – taip pasijutote, kai klasės auklėtoja paprašė Jūsų jam pasiruošti. Natūralu, kad jaučiatės sutrikusi, mat klasės tėvų susirinkimo vedimas yra klasės auklėtojo kompetencija ir pareiga. Jūs tikrai turite teisę inicijuoti susirinkimą, juolab, kad Jūsų vaikas yra skriaudžiamas, tačiau neturite viena jam ruoštis. Todėl drąsiai galite teirautis mokytojos pagalbos, parodant, kad ji turi patirties ir kompetencijos tokiems susitikimams vesti, o Jūs esate pasiruošusi jai padėti. Galbūt galite paklausti, kokios konkrečiai pagalbos ji iš Jūsų lauktų, tikėtumėsi? O gal galite pati pasiūlyti tam tikras



idėjas? Pavyzdžiui, siekiant sukurti jaukią atmosferą bei sumažinti galimą įtampą, susirinkimą suorganizuoti galima mažiau formalų, kaip apskrito stalo diskusiją, prie arbatos puodelio. Jūs – kaip nukentėjusio vaiko mama, galite pristatyti, kaip matote situaciją klasėje ir pakviesti visus ieškoti išeities. Svarbu prisiminti, kad tokio pobūdžio susitikimuose labai svarbu susilaikyti nuo bet kokio vienas kito kaltinimo, nes kaltinimai visuomet diskusiją nukreipia destruktuvia linkme. Galite, pavyzdžiui, iš anksto su mokytoja sutarti, kaip reaguosite, jei bus išsakomi kaltinimai. Taip pat susitikimo metu galima apskritai supažindinti tėvus su patyčių tema, trumpai papasakoti esmines patyčių charakteristikas bei pristatyti gaires tėvams, ką daryti, jeigu vaikas patiria patyčias, jas stebi, ar pats skriaudžia kitus. Apie tai daugiau informacijos galite rasti svetainėje www.bepatyciu.lt skyrelyje „Tėvams“.

Kaip tėvai gali padėti spręsti patyčių problemą?

O jeigu vaikas nepatiria patyčių? Ar tokių vaikų tėvai galėtų kažkaip prisidėti prie patyčių problemos sprendimo?

ATSAKYMAS:

Nesvarbu, kokiame vaidmenyje – skriaudėjo, patyčių taikinio ar stebėtojo - yra vaikas, kiekvieno vaiko tėvai gali prisidėti prie to, kad patyčių klasėje būtų mažiau. Patyčios yra ne vieno ar dviejų vaikų problema. Tai reiškins, kuris liečia kiekvieną vaiką klasėje, todėl sprendžiant patyčių problemą svarbus visų tėvų dalyvavimas.

Ką tėvai gali daryti? Pirmiausiai, tėvai gali kalbėti su savo vaikais apie tai, kad patyčios nėra tinkamas elgesys. Su vaikais galite aptarti, kas yra patyčios, kaip jos pasireiškia bei kokios gali būti patyčių pasekmės. Vaikai turi suprasti, kad tyčiojimasis nėra juokingas elgesys, jis gali labai žeišti patyčias patiriantį vaiką ir turi būti stabdomas. Dažnai skriaudėjui yra reikalingas grupės palaikymas, nes taip smagiau ir įdomiau tyčiotis. Jeigu vaikai, stebintys patyčias, niekaip nereaguoja į jas arba įdėmiai žiūri, kas vyksta, ploja, juokiasi, komentuoja procesą, taip jie tik skatina skriaudėją tęsti tyčiojimąsi. Taigi svarbu kalbėti su vaikais apie tai, kaip patyčių stebėtojai savo elgesiu gali stabdyti patyčias, pvz., nepalaikyti skriaudėjo, nekomentuoti jo veiksmų, nesijuokti kartu su skriaudėju ir aktyviai užstoti auką.

Be tėvų dalyvavimo ir pagalbos patyčių sustabdyti neįmanoma. Tėvų pagalba reikalinga ir mokyklai. Tėvai gali prisidėti prie patyčių prevencijos, bendradarbiaudami su klasės auklėtoja bei kitu mokyklos personalu. Kaip tai galima padaryti? Jeigu sužinote apie vykstančias patyčias, informuokite apie tai mokyklos darbuotojus. Kalbėkite su jais apie tai, kaip vyksta patyčių prevencija mokykloje. Dažnai mokyklose yra organizuojami įvairūs su patyčių prevencija susiję renginiai, kuriuose gali dalyvauti ir tėvai. Tėvų atstovai gali dalyvauti Prevencinės darbo grupės posėdžiuose, kur sprendžiami įvairūs, taip pat ir smurto prevencijos, klausimai. Beje,

dažnai mokyklose vyksta švietėjiško pobūdžio paskaitos ir kiti užsiėmimai, kur tėvai kviečiami susitikti su įvairių įstaigų specialistais. Taip pat tėvai gali aktyviai dalyvauti klasės auklėtojo organizuojamoje popamokinėje veikloje, pvz., tėvų susirinkimuose, diskusijose prie apvalaus stalo, kur galima kalbėti apie vaikų bendravimo sunkumus. Aišku, įmanoma ir patiems inicijuoti įvairius klasės emocinį klimatą gerinančius renginius, tokius kaip klasės išvykos (žygiai), bendri sportiniai ir kultūriniai renginiai (rungtynės, spektaklių kūrimas) bei įtraukti į šias veiklas kuo daugiau mokinių tėvų.

Svarbu suprasti, kad tėvai gali keisti esamą situaciją ir imtis atitinkamų veiksmų siekdami mažinti patyčių mastą klasėje ir net mokykloje.

Kur kreiptis pagalbos?

Patyčių situacija gali būti išspręsta, kalbant su joje dalyvaujančiais vaikais. Tačiau yra ir tokių situacijų, kur reikalinga specialistų pagalba tiek vaikams, tiek jų tėvams. Jei kyla sunkumų sprendžiant patyčių problemą, svarbu ieškoti pagalbos. Toliau išvardintos organizacijos, kur galima būtų kreiptis.

VšĮ Vilniaus universiteto vaikų ligoninės filialas Vaiko raidos centras. Įvairiapusė (psichologinė, socialinė, medicininė) pagalba vaikams, paaugliams ir jų tėvams. Kreipiantis reikalingas gydytojo siuntimas. Vaiko raidos centre yra suteikiamos nemokamos ambulatorinės ir stacionarinės paslaugos. Daugiau informacijos www.raida.lt

VšĮ Paramos vaikams centras. Teikia psichologinę, psichiatrinę, socialinę ir teisinę pagalbą. Daugiausiai yra orientuojamasi į prievartą patyrusius vaikus ir siekiama padėti jiems įveikti traumuojančios patirties pasekmes. Daugiau informacijos www.pvc.lt

VšĮ Saugaus vaiko centras. Psichologinė pagalba vaikams, paaugliams ir suaugusiems. Vaikus ir paauglius konsultuoja dėl mokymosi, elgesio, bendravimo, emocinių problemų, teikia pagalbą krizėje esantiems, prievartą patyrusiems vaikams ir jų šeimoms. Daugiau informacijos www.saugus-vaikas.lt

Šeimos santykių institutas. Teikia individualią bei grupinę pagalbą suaugusiems ir vaikams įvairių sunkumų atvejais, konsultuoja sutrikusių santykių šeimoje klausimais, teikia medikamentinę pagalbą. Daugiau informacijos www.ssinstitut.lt

Jaunimo psichologinės paramos centras. Centre dirba budintis psichologas, kuris:

- teikia pirminę, nemokamą psichologinę pagalbą;
- organizuoja skubią pagalbą psichologinių krizių atvejais;
- padeda rasti informaciją apie tolimesnės pagalbos galimybes;
- tarpininkauja susisiekiant su reikiamais specialistais ar įstaigomis.

Konsultacijos nemokamos, be išankstinės registracijos, amžiaus apribojimų nėra. Daugiau informacijos www.jppc.lt

Psichikos sveikatos centrai veikia visose savivaldybėse ir gali būti prieinamos visiems Lietuvos gyventojams. Juose vykdoma pirminė psichikos sveikatos priežiūra, tai reiškia, kad medicininė, psichologinė ir socialinė pagalba teikiama ambulatoriškai – pacientai gyvena savo namuose, o iš anksto užsiregistravę ir atvykę į PSC, gali gauti jiems reikalingas paslaugas. PSC teikiamos pagalbos įvairovė priklauso nuo to, kiek ir kokie specialistai dirba centre. Įprastai PSC dirba psichologų, gydytojų psichiatrų, socialinių darbuotojų, psichikos sveikatos slaugytojų komanda (komandos specialistų skaičius priklauso nuo rajono gyventojų skaičiaus).

Pedagoginės psichologinės tarnybos – tai įstaigos, teikiančios specialiąją pedagoginę ir psichologinę pagalbą vaikams nuo 3 m. iki 21 m. amžiaus, tėvams (ar vaiko globėjams, rūpintojams), gyvenantiems savivaldybės teritorijoje ir joje veikiančioms švietimo ir vaikų globos įstaigoms. Tarnyboje teikiamos psichologo, specialiojo pedagogo ir logopedo paslaugos. Kai kuriose tarnybose dirba ir vaikų psichiatrai. Pedagoginė psichologinė pagalba to paties miesto ar rajono, kuriame yra tarnyba, vaikams bei jų tėveliams, yra nemokama.

Vaiko teisių apsaugos tarnybos rūpinasi vaiko teisių apsauga ir atstovauja vaiko interesus (vaikas – asmuo iki 18 m.). VTAT dirba ne tiek su konkrečiu vaiku, kiek su jo artimiausia socialine aplinka – t.y. šeima. Taigi vaikas gali tikėtis, kad VTAT darbuotojas "įsikiš" į šeimos reikalus bei atstovaus vaiką teisinių procedūrų metu, jei to prireiks. Į VTAT gali kreiptis pats vaikas (bet kurio amžiaus), tiek jo artimi ar pažįstami žmonės. Tarnybos veikia kiekvienoje savivaldybėje. Jų sąrašą galima rasti interneto puslapyje <http://www.socmin.lt/index.php?-685166435>.

Vaiko teisių apsaugos kontrolieriaus įstaiga. Pagrindinis vaiko teisių apsaugos kontrolieriaus (vaiko teisių gynėjo) veiklos uždavinys yra rūpintis, kad Lietuvoje būtų tinkamai įgyvendinamos vaikų teisės. Labai svarbią kontrolieriaus veiklos dalį užima skundų nagrinėjimas. Atlikęs atskiro skundo tyrimą, kontrolierius priima vieną iš sprendimų, kuriame nurodo, kaip turėtų elgtis atskiri pareigūnai, vaiko tėvai ar kiti asmenys, kad vaiko teisės daugiau nebūtų pažeidžiamos ateityje. Daugiau informacijos vaikams.[lrs.lt](http://www.lrs.lt)

Vaikų linija – tai emocinės paramos tarnyba vaikams ir paaugliams, į kurią jie gali kreiptis dėl pačių įvairiausių jiems išskylančių sunkumų, pavyzdžiui, dėl patiriamos prievartos, patyčių, nesutarimų su tėvais, bendraamžiais, išgyvenant netektį, galvojant apie savižudybę, arba kai tiesiog norisi kažkam išsipasakoti. Vaikai ir paaugliai gali kreiptis pagalbos skambindami nemokamu telefonu ar rašydami laiškus. Daugiau informacijos www.vaikulinja.lt.

Rekomendacijas vaikams, susiduriantiems su patyčiomis, tėvams, norintiems padėti savo vaikams ir gaires mokytojams apie patyčių prevenciją galima rasti internetiniame puslapyje www.bepatyciu.lt.

Kaip galiu padėti savo vaikui?..

Atsakymai į tėvų klausimus apie patyčias tarp vaikų

Leidinio autoriai:

Jurgita Smiltė Jasiulionė

Marina Mažionienė

Ivona Suchodolska

Robertas Povilaitis

Kalbos redakcija: Milda Černiauskaitė, Jurga Kančelskytė

Iliustracijos: Greta Duobienė

Dizainas: Vita Paulinė

SL 319. 2011 02 14. Tir. 300 egz.

Išleido leidykla „Margi raštai“, Laisvės pr. 60, LT-05120 Vilnius, www.margirastai.lt

Spausdino UAB „Petro ofsetas“, Žalgirio g. 90, LT-09303 Vilnius

Vilniaus Vaikų linija

Viešoji įstaiga „Vaikų linija“

Tel./Faks. (8 5) 261 72 95

El. p. vilnius@vaikulinija.lt

Kauno Vaikų linija

Vaikų gerovės centras „Pastogė“

P. Plechavičiaus g. 21

LT-49260 Kaunas

Tel. (8 37) 310 956

Faks. (8 37) 313 912

Dainavos Jaunimo centras

Pramonės per. 31

LT-51270 Kaunas

Tel. (8 37) 452 885

El. p. kaunas@vaikulinija.lt

Klaipėdos Vaikų linija

Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

Debreceno g. 41 - 1

LT-94164 Klaipėda

Tel. (8 46) 342 253

Faks. (8 46) 345 420

El. p. klaipeda@vaikulinija.lt

Interneto svetainės:

<http://www.vaikulinija.lt>

<http://www.bepatyciu.lt>

<http://www.facebook.com/bepatyciu>

<http://www.facebook.com/vaikulinija>

Rekvizitai:

Viešoji įstaiga „Vaikų linija“

Įmonės kodas: 300592971

A/s Nr. LT057300010096612742

Leidinį parengė „Vaikų linija“ – nemokamos telefonu ir internetu pagalbos tarnyba vaikams ir paaugliams.

Organizacija nuo 2004 m. įgyvendindama kampaniją „BE PATYČIŲ“, kuria siekiama atkreipti visuomenės dėmesį į patyčių problemą bei ieškoti būdų, kaip kurti saugesnę ir draugiškesnę mokyklos aplinką.

„Vaikų linija“ rengia ir platina metodinę medžiagą patyčių prevencijos tema, skatina šia tema domėtis įvairias visuomenės grupes. „BE PATYČIŲ“ kampanijos veiklos yra nukreiptos į tinkamų nuostatų formavimą, taip pat efektyvių patyčių prevencijos metodų sklaidą. Patyčios gali liautis!




MARGI RAŠTAI

ISBN 978-9986-09-411-1



9 789986 094111

