



Kiekvienas galime prisidėti prie patyčių mažinimo!

Gairės suaugusiems

Nesvarbu, kokios profesijos esate, kiek dažnai tenka bendrauti su vaikais, ar pats/pati turite vaikų – Jūs galite prisidėti prie to, kad patyčių tarp vaikų būtų mažiau.

Būkite pagarbus ir tolerantiško bendravimo pavyzdžiu.

- **Suaugusių elgesio pavyzdys yra labai svarbus vaikams:** vaikai mokosi visų pirma stebėdami savo aplinkos žmones;
- Jei suaugęs nepagarbiai bendrauja su kitais, yra netolerantiškas kitų žmonių atžvilgiu, rašo žeminančius komentarus po straipsniais, kt., tikėtina, kad ir vaikai taip pat bendraus ne tik su savo bendraamžiais ir realioje, ir elektroninėje erdvėje, bet ir su suaugusiais žmonėmis.

Reaguokite į stebimas patyčias

Pamatyti patyčias, vykstančias tarp vaikų namuose, gatvėje, mokykloje gali kiekvienas suaugęs. Nesvarbu, ar pažįstate patyčiose dalyvaujančius vaikus, ar ne – jūsų įsikišimas į patyčių situaciją gali padėti vaikams jaustis saugesniems.

- **Nepraeikite pro šalį,** jei matote, kad vaikai kabinėjasi vienas prie kito. Jūsų abejingumas gali būti suprastas kaip pritarimas tokiam elgesiui. O patyčias patiriantys vaikai, matydami, kad šalia esantys suaugusieji nereaguoja į patyčias, gali jaustis beviltiškai ir palikti patys vieni tvarkytis su patiriamomis patyčiomis;
- **Jei abejojate,** ar taip vaikai žaidžia, ar skriaudžia vienas kitą – **paklauskite jų, ką jie daro.** Jei matote, kad kažkuris vaikas atrodo nuskriaustas – pasiūlykite jam savo pagalbą. Kartais užtenka paprasto suaugusiojo dėmesio, kad vaikai bent kuriam laikui nustotų kabinėtis prie kito vaiko.
- **Norint sustabdyti patyčias reikia:**
 - Priesti arti netinkamai besielgiančio vaiko;
 - Užkirsti kelią netinkamiems veiksams (pavyzdžiui, atsistoti tarp skriaudžiamojo ir skriaudėjo);
 - Garsiai, aiškiai ir tvirtu tonu paprašyti liautis taip elgtis.

Kalbėkitės su vaikais apie patyčias

Svarbu su įvairaus amžiaus vaikais kalbėtis, diskutuoti apie patyčias ir kitą agresyvių elgesį – tokių pokalbių metu galite išgirsti vaikų nuomonę apie patyčias ar tarpusavio agresiją, o taip pat ir patys pasakyti, ką jūs manote apie tokį elgesį, kaip kitaip vaikai galėtų bendrauti – be patyčių ir agresijos.

- **Kalbėkite su vaikais apie tai:** Kas yra patyčios? Kur su jomis galima susidurti? Kokios gali būti patyčių pasekmės? Kodėl vaikai tyčiojasi vienas iš kito?
- **Padėkite vaikui suprasti, kad bendrauti galima ir kitaip** – draugiškai, be patyčių ir kad toks bendravimas padeda jaustis saugiau visiems vaikams;
- **Jei vaikas stebi patyčias,** įvardinkite, kad pasyvus patyčių stebėjimas gali būti laikomas pritarimu patyčioms;
- **Jei vaikas patiria patyčias,** padėkite jam tvarkytis su šia sunkia patirtimi:
 - Kalbėkite su vaiku apie patiriamas ir išklauskite jį, be kritikos ir kaltinimų;
 - Aptarkite su vaiku, kaip jis galėtų išvengti patyčių, vykstančių mokykloje ar elektroninėje erdvėje;
 - Paskatinkite vaiką kreiptis ar kreiptis kartu su vaiku į švietimo įstaigos personalą, jei skriaudėjai yra iš vaiko mokyklinės aplinkos: klasės auklėtoją, administraciją, mokykloje dirbančius specialistus.

Patyčios gali ir turi liautis!

Jas galime sustabdyti tik bendromis mūsų visų pastangomis.