

**Patyčios – tai nuolatinis fizinės ar psichologinės jėgos panaudojimas, sąmoningai siekiant sužeisti ar įskaudinti kitą asmenį, kuris negali savęs apginti (Olweus, 1978, 1993).**

#### **Patyčių būdai:**

- apkalbinėjimas;
- daiktų ar pinigų atiminėjimas; daiktų gadinimas;
- erzinimas;
- grasinimas;
- ignoravimas;
- mušimas;
- prasivardžiavimas;
- spardymas;
- stumdymas;
- žeidžiančių žinučių siuntinėjimas, kt.

#### **Svarbiausi patyčių ypatumai:**

- **Patyčios apima tyčinius veiksmus.** Tai reiškia, kad vaikas, kuris tyčiojasi, dažniausiai supranta, kad savo veiksmais skaudina kitą (-us) ir daro tai sąmoningai;
- **Šis elgesys yra pasikartojantis.** Patyčiomis vadiname tą elgesį, kuris vyksta sistemingai tam tikrą laiką. Pavyzdžiui, mergaitės nuolat per pertraukas pravardžiuoja savo bendraklasę, nors ir žino, kad ją tai žeidžia;
- **Patyčių situacijoje yra psichologinė ar fizinė jėgos persvara.** Vadinasi,

puolamas vaikas jaučiasi silpnesnis už skriaudėjus ir negali apsiginti nuo jų. Pavyzdžiui, vaikas yra skriaudžiamas fiziškai stipresnio vaiko, arba vienas vaikas yra puolamas kelių žmonių, kt. Taigi, patiriančiam patyčias sunku pačiam išspręsti šią problemą, todėl būtina, kad į tai įsitrauktų ir jam pagelbėtų kiti žmonės.

#### **Ar Jūsų vaikas patiria bendraamžių tyčiojimąsi?**

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, skausmą. Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad vaikui viskas gerai. Tačiau jeigu jis nieko nepasakoja apie skausmą ir liūdesį, patiriamą mokykloje, dar nereiškia, kad nepatiria patyčių arba nėra patyčių liudininkas. Nėra specifinių ženklų, rodančių, kad vaikas patiria kitų bendraamžių patyčias ar priekabes. Tačiau patiriančio patyčias vaiko elgesys dažnai pasikeičia ir tėvai gali pastebėti požymius, galinčius byloti apie patiriamas patyčias. Žemiau aprašyti požymiai gali signalizuoti ne tik apie vykstančias patyčias, bet ir apie kitus dalykus. Be to, pastebėtas pasikeitęs vaiko elgesys, kylantys neigiami jausmai yra signalas tėvams, kad kažkas pasikeitė vaiko gyvenime ir jam gali reikėti suaugusiųjų pagalbos.

#### **Svarbu atkreipti dėmesį, jei vaikas:**

- grįžta iš mokyklos su sugadintais daiktais, praradęs daiktą ar pinigus;
- turi mėlynių, įdrėskimų ar panašių žymių;
- pradėjo eiti kitu keliu iš namų į mokyklą;
- pradėjo nenorėti eiti į mokyklą be jokios aiškios priežasties;
- grįžęs iš mokyklos būna irzlus, nuliūdęs ar neįprastai emocingas.

#### **Kaip padėti patyčias patiriančiam vaikui?**

- **Išklausykite.** Jei vaikas prasitaria Jums, kad patiria bendraamžių patyčias, pirmiausia išklauskite 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.
- **Kartu su vaiku ieškokite sprendimo būdų.** Kai Jūsų vaikas papasakoja apie patyčias, labai svarbu, kaip Jūs reaguojate ir elgiatės toliau. Pagalba ir pasirinktas reagavimo būdas bus veiksmingas tik tuomet, kai jį aptarsite su savo vaiku ir sprendimą, kaip toliau reaguoti, priimsite kartu. Taigi būtinai aptarkite kartu su vaiku, ką ir kaip toliau daryti. Taip pat prisiminkite, kad patyčios nesiliauja iš karto. Tam reikia