

TU GALI SUSTABDYTI PATYČIAS

1. **PARODYK NEPRITARIMĄ PATYČIOMS.** Skriaudėjai ir kiti vaikai turi aiškiai suprasti, kad nepritari tam, kas vyksta. Nepritarimą galima garsiai įvardinti: „Jūs dabar tyčiojātės. Liaukitės.“ Pasitraukimas iš situacijos irgi rodo nepritarimą skriaudėjo veiksams. Pasitraukti iš situacijos yra geriau, negu tiesiog stovėti ir tyliai stebėti patyčias.
2. **NEBŪK ABEJINGAS.** Tavo abejingumas gali būti suprastas kaip pritarimas patyčioms.
3. **NESITYČIOK,** nors taip elgiasi tavo draugai. Lengva prisijungti prie kitų vaikų ir priekabiauti prie ko nors, kas yra silpnesnis. Nesityčiodamas parodysi priekabiautojams, kad galima elgtis ir kitaip.
4. **PRANEŠK** suaugusiesiems. Yra tokių situacijų, kai bandymas apginti skriaudžiamą vaiką gali kelti grėsmę pačiam gynėjui. Tokiu atveju būtina įvertinti situaciją ir suprasti, ko gali sulaukti, jeigu bandysi priešintis ir stabdyti patyčias. Jeigu situacija nėra palanki įsikišti, kur kas verčiau kreiptis pagalbos į suaugusiuosius: mokytojus, tėvus ar kitus, kurie galėtų padėti sustabdyti patyčias.
5. **BŪK DRAUGIŠKAS** vaikui, kuris patiria patyčias. Parodyk jam, kad matai, kas jam vyksta ir kad tai tau rūpi. Jei gali, pasistenk dažniau būti su juo – priekabiautojams bus sunkiau tyčiotis, kai jis bus ne vienas.
6. **PARAGINK** vaiką, kuris patiria patyčias, pasipasakoti kam nors: suaugusiajam ar kitam žmogui, kuriuo jis pasitiki.

KO NEREIKĖTŲ DARYTI, KAI VYKSTA PATYČIOS

1. **NERODYK PALAIKYMO** skriaudėjams. Dažnai skriaudėjai mėgsta tyčiotis matant kitiems. Stebėtojų juokas ar susidomėjimas patyčiomis gali paskatinti jas tapti dar aršesnes.
2. **NEPULK** skriaudėjų. Atsakydamas patyčiomis į patyčias gali tik pabloginti situaciją.
3. **NERIZIKUOK.** Jeigu matai, kad skriaudėjų yra daugiau arba jie yra stipresni, neįsitrauk į patyčias. Tokiu atveju ieškok pagalbos ir kreipkis į žmones, kuriais pasitiki ir kurie galėtų padėti.



Pagal „Vaikų linijos“ rekomendacijas

<http://www.bepatyciu.lt>

Parengė psichologės Šarūnė Vienė ir Dovilė Marcinkonytė

socialinė pedagogė Jolita Dvelienė