

ATMINTINĖ PATYČIŲ PREVENCIJAI

Patyčių prevencija prasideda šeimoje, kadangi šeima formuoja bazines vaiko vertybes bei elgesio modelius.

Pats pirmas ir itin svarbus žingsnis yra kalbėti, diskutuoti patyčių smurto ar kitokio agresyvaus elgesio temomis, bandyti suprasti vaiko požiūrį į šiuos dalykus. Labai svarbu pasakyti, koks yra Jūsų požiūris į visus šiuos dalykus. Svarbu savo požiūrį argumentuoti kalbant apie tokio elgesio pasekmes.

Vaikas turi žinoti, kad patyčios ar kitas agresyvus elgesys nėra tinkamas, net jei iš pirmo žvilgsnio tai atrodo tik nekalti pajuokavimai (jei tai ką nors gali išskaudinti – tai nėra tinkamas elgesys ar pasakymas).

Antras žingsnis galėtų būti įvairių su patyčiomis susijusių situacijų aptarimas. Pavyzdžiui, paklauskite, kaip vaikas elgtųsi, jei stebėtų patyčias. Ką jis darytų, jei skriaudžiamas būtų jo draugas? O kaip elgtųsi, jei tai būtų nepažįstamas vaikas? Pasiteiraukite, kaip Jūsų vaikas jaustųsi ir ką darytų, jeigu kažkas pradėtų tyčiotis iš jo?

Tokio pobūdžio diskusijose labai svarbu aptarti kiekvieną vaiko ir Jūsų pasiūlytą elgesio alternatyvą, kiekvieno paminėto varianto teigiamas ir galimas nemalonus, neigiamas puses, pasekmes.

Nepaisant to, kokį vaidmenį vaikai vaidina patyčiose – skriaudėjo, aukos, neutralaus ar aktyvaus stebėtojo – patyčios veikia kiekvieną. Jeigu vaikai stebi patyčias, su jais galima kalbėti apie kylančius jausmus, apie galimą reagavimą panašiose situacijose, būtina skatinti patyčias patiriančiam vaikui padėti.

Mes negalime paveikti kitų vaikų elgesio, tačiau būtent nuo mūsų priklauso mūsų vaikų elgesys, vertybės, turimi bendravimo įgūdžiai.

Reikia mokyti vaikus, kad, jei jie patiria patyčias ar mato, kad kuris nors vaikas patiria patyčias, jie gali ir turi kreiptis į suaugusįjį, kad, nekreipiant į jas dėmesio, situacija blogėja, patyčios stiprėja.

Veiksmingas gali būti ir taisyklių sukūrimas: pavyzdžiui, „mes neturime teisės tyčiotis ir skaudinti kito vaiko“, „jei iš tavęs tyčiojasi, paprašyk suaugusiojo pagalbos“, „jei matai patyčias, pasakyk apie tai suaugusiajam“. Labai svarbu vaikams paaiškinti, kad, papasakoję apie patyčias, jie padės ir sau, ir kitiems vaikams.

Vaikas, patiriantis patyčias

Audringa vaiko reakcija – ašaros, agresija – yra tai, ko besityčiojantieji tikisi. Vaikui, patiriančiam patyčias, taip sureagavus, suaugusieji gali pagalvoti ir dažnai pagalvoja, kad tai jis sukėlė konfliktą. Ir užuot gavęs pagalbą, toks vaikas dar būna apkaltintas konflikto inicijavimu. Mokymas vaiko pasakyti tvirtą NE, pasitraukti, kai yra provokuojamas, gali padėti nuraminti ir besityčiojančiuosius. Pakelta galva, tiesus žvilgsnis, tvirtas balso tonas rodo, rodo, jog vaikas nebijo skriaudikų ir jo neveikia patyčios. Svarbu mokyti vaikus atskirti tvirtumą nuo agresyvumo. (Frazės: „netylėk, duok atgal, apsigink“ įpareigoja vaiką tvarkytis su situacija savarankiškai ir nepavykus, vaikas jaučiasi visiškai nevykėliu.)

Kai vaikas skriaudžia kitus

Tėvams išgirsti ir pripažinti, kad jų vaikas tyčioja iš kitų, dažnu atveju yra lygiai taip pat skaudu, kaip sužinoti, kad jų vaikas patiria patyčias. Kad vaikai „išauga iš patyčių“ yra mitas. Realybėje dažnu atveju patyčios gali peraugti į kitokį agresyvų ar socialiai nepageidaujamą elgesį vyresniame amžiuje.

Besityčiojančio vaiko tėvams kyla nemalonių jausmų, tad gali kilti noras greitai perauklėti vaiką. Tačiau skuboti sprendimai verčia daryti klaidas, tad geriausia yra pamėginti suprasti vaiką, kas skatina jo netinkamą elgesį (gan dažnai tai savo menkavertiškumo, nepasitikėjimo savimi maskavimas) ir padėti vaikui įveikti jo sunkumus.

Patyčios yra išmoktas elgesys. Jo vaikas gali išmokti bet kur. Labai svarbu, kokį suaugusiųjų ar bendraamžių elgesį mato namuose, greta namų, mokykloje ir kitose vietose, kuriose jis lankose. Kartais vaikai nežino neagresyvių būdų (psichologinė, fizinė agresija) pelnyti bendraamžių pagarbą, pripažinimą – tuomet patyčios tampa priemone jaustis stipriam ir gerbiamam. Kartais vaikai net nemano, kad jų netinkamas elgesys yra blogas, nes juk ir aplinkui taip elgiasi, tad suaugusiųjų dalyvavimas aiškinant, kas yra patyčios, jų pastebėjimas ir pagalba jas sprendžiant yra būtinas. Vaikams būtina aiškinti, koks konkretus elgesys yra tinkamas, o koks ne.

Patyčias ir kitą nepageidaujamą elgesį lengviau pašalinti, jei vaikas sulaukia panašių reakcijų į savo netinkamą elgesį ir mokykloje, ir namuose. Ir, žinoma, svarbiausia aiškintis, kas vyksta su pačiu vaiku, dėl kokių priežasčių jis tyčiojasi iš kitų vaikų ar vaiko.

Tėvų pareiga padėti vaikui suvokti savo vaikui netinkamą elgesį kitų vaikų atžvilgiu, savo elgesio padarinius ir žalą. Būtina kalbėtis su savo vaiku apie psichologinę ir fizinę agresiją, prievartą, kurią jis mato per televiziją, kompiuteriniuose žaidimuose, mokykloje, kieme ir pan.

Reikia įtraukti savo vaiką į tinkamo elgesio taisyklių kūrimą namuose. Mokyti perkelti tas taisykles į mokyklą. Svarbu mokyti vaiką siekti savo tikslų ar išreikšti pyktį nežeidžiant kitų žmonių nei žodžiu, nei fiziškai.

Nepatiriantys patyčių vaikai

Jei klasėje yra patyčių, net ir jų tiesiogiai nepatiriantys vaikai yra patyčių dalyviai – stebėtojo vaidmenyje. Patyčios ne vieno ar dviejų vaikų problema. Tai reiškinys, kuris liečia kiekvieną vaiką klasėje, todėl sprendžiant patyčių problemą svarbus visų vaikų ir klasės tėvų dalyvavimas.

Dažniausiai skriaudėjui yra reikalingas grupės palaikymas, nes taip smagiau ir įdomiau tyčiotis. Jei vaikai, stebintys patyčias, niekaip nereaguoja į jas arba įdėmiai žiūri, kas vyksta, ar juokiasi, komentuoja procesą, taip jie skatina skriaudėją tyčiotis toliau. Todėl ypač svarbu su stebėtojais kalbėtis apie tai, kaip jie savo elgesiu gali stabdyti patyčias, pavyzdžiui, nepalaikyti skriaudėjo, nekomentuoti jo veiksmų, nesijuokti iš aukos, bet aktyviai užstoti vaiką, iš kurio yra tyčiojamasi.

Parengė psichologė Asta Vaitiekūnienė