



PATYČIOS AR PAJUOKAVIMAS?

„Pas mus klasėje yra keli tokie, kurie labai gerai valdo liežuvį. Juos visi mėgsta dėl tų jų bajerų. Būdavo linksma klaušytis jų istorijų ir kaip jie patraukia per dantį vienas kitą. Bet dabar man jau nebejuokinga. Nežinau kuo jiems užkliuvau, atrodo, kad ir nesipykom, bet paskutiniu metu pradėjo sakyti visokius bajerius apie mane... Tai prikuria tęsinį iš istorijos, kai susikirtau per pamoką, tai iš kokio fakto apie mane anekdotą ar dainelę sukuria ir kartoja. Matau, kad kitiems tai irgi patinka. Prie visų netgi pati juokiausi, nes pasimečiau, nežinojau ką daryti, nors visai nebuvo juokinga.“

Kartais patyčios gali atrodyti panašios į draugų pajuokavimus ar draugišką „patraukimą per dantį“. Tačiau tai visiškai skirtingi dalykai. Kai juokaujama, linksma ir smagu būna abiem, o tyčiojantis – tik tam, kas šaiposi. Vaikas, kuris patiria patyčias, jaučiasi labai įskaudintas.

- Jeigu paslėpei draugo daiktus ir vėliau jam tai atidavei bei kartu smagiai pasijuokėte – jūs tiesiog taip žaidėte, juokavote.
- Jei pasijuokėi iš kažkios situacijos, kurioje dalyvavo klasiokas, ir žinai, kad jam dėl to nebuvo skaudu, o galbūt jis ir kartu su tavimi juokėsi – tai draugiškas pajuokavimas.
- Jei pasijuokėi iš klasioko ir tai jį įskaudino, tačiau tą pastebėjęs liovėsi taip elgtis ir nekartoji „juokelių“, kurie skaudina kitą – tuomet tai taip pat nėra patyčios.
- Tačiau jei juokaudamas vis „patrauki per dantį“, užgauni klasioką ir tai darai netgi tada, kai matai, kad jam tai nepatinka – tai patyčios.



PATYČIOS – tai toks elgesys, kai vieni vaikai nuolat žemina ir skaudina kitus vaikus, o paprašius liautis, nenustoja to daryti. Tai netinkamas elgesys ir jį būtina stabdyti.

JEI DĖL TAVO „PAJUOKAVIMŲ“ KITAS SUPYKSTA AR NULIŪSTA:

- **Atsiprašyk** už savo elgesį, dėl kurio kažkas buvo įskaudintas.
- **Liaukis** „juokauti“, jeigu tavęs to paprašo arba iš kito reakcijos matai, kad jam nejuokinga, o priešingai – nemalonu, skaudu ar liūdna.
- **Pasitikslink**, jei nesi tikras, ar tavo humoras neskaudina kito. Pasiteirauk, kaip jis jaučiasi dėl to.
- **Gerbk** kito jausmus. Netgi jei tau atrodo, kad tavo bendramžis įsižeidė nepagrįstai ir neturėjai tikslo jo įžeisti, svarbu gerbti jo prašymą ir jausmus.

„JIE NUOLAT IŠ MANĖS TYČIOJASI...“

„Beveik kasdien noriu niekam nematant prasmukti į klasę. Bet keli klasiokai tik pamatę iškart sušunka – „O, atsilikėlis atėjo!“ ar kaip kitaip bjauriai išvadina. Ir visi juokiasi. Turbūt nė karto nėra manęs vardu pavadinę, tik visokiais žodžiais prasivardžiuoja... Dar nieko, kad niekas nenori su manimi sėdėti suole – jau pripratau prie to. Bet tikrai pavargau nuo jų nuolatinių kabinėjimųsi ir žeminimų, kai negaliu ramiai praeiti, nes dažnai pastumia praeinant pro šalį, apstumdo, išmėto mano daiktus klasėje arba paslepia. Negaliu daugiau šitaip...“



„Beveik kasdien noriu niekam nematant prasmukti į klasę. Bet keli klasiokai tik pamatę iškart sušunka – „O, atsilikėlis atėjo!“ ar kaip kitaip bjauriai išvadina. Ir visi juokiasi. Turbūt nė karto nėra manęs vardu pavadinę, tik visokiais žodžiais prasivardžiuoja... Dar nieko, kad niekas nenori su manimi sėdėti suole – jau pripratau prie to. Bet tikrai pavargau nuo jų nuolatinių kabinėjimųsi ir žeminimų, kai negaliu ramiai praeiti, nes dažnai pastumia praeinant pro šalį, apstumdo, išmėto mano daiktus klasėje arba paslepia. Negaliu daugiau šitaip...“



PATYČIŲ SITUACIJOJE TU GALI:

- **Aiškiai, nedviprasmiškai pasakyti**, kad tau nepatinka toks elgesys;
- **Pasitraukti** iš patyčių situacijos, jei turi tokią galimybę. Taip pavyks būti toliau nuo užgauliojančių vaikų ir nesiklausyti jų įžeidinėjimų;
- **Vengti būti vienas**. Paprastai skriaudėjai užgaulioja vaiką, kai šis yra vienas, kai kiti jo neužstoja;
- **Ignoruoti**. Kartais skriaudėjai tikisi stiprios reakcijos į patyčias. Tad parodymas, kad patyčios tavęs nežeidžia, pavyzdžiui, ramiai nusišuki ir darai toliau savo darbus, kartais padeda skriaudėjams liautis šaipytis;
- **Pajuokauk**. Kai kuriose patyčių situacijose gelbsti humoras, ypač kai skriaudėjai siekia išprovokuoti priešišką reakciją. Suprantama, kad patyčių situacijose toli gražu nesinori ir nėra paprasta juokauti. Galima iš anksto apgalvoti, kaip atsakyti pajuokavimu į užgaulias replikas.
- **Nesipriešinti skriaudėjams** (nepulti muštis), nes tai gali pabloginti situaciją, vėliau jie gali tave apkaltinti, kad pats esi skriaudėjas.

Patyčių situacijose skriaudėjų ir patyčias patiriančio vaiko jėgos būna nelygios. Todėl skriaudžiamam vaikui pačiam sustabdyti patyčias būna itin sudėtinga. **NELIK VIENAS IR KREIPKIS PAGALBOS Į SUAUGUSIUOSIUS** – mokytoją, socialinį pedagogą, tėvus.





**PASTEBĖJUS
PATYČIAS IŠ KITO VAIKO,
LABAI SVARBU STENGTIS
JAS SUSTABDYTI IR JŲ
NEPALAIKYTI.** Skriaudėjams
sunkiau ir toliau tęsti patyčias,
kai kiti vaikai jo nepalaiko
ir neprisideda prie patyčių.
Kiekvienas gali pakeisti
situaciją ir padėti
sustabdyti
patyčias.

„NORIU SUSTABDYTI PATYČIAS, BET BIJAU“

„Aš dažnai matau, kaip iš mano klasiokų tyčiojasi.
Dėl bet ko... nereikia jokios priežasties.
Labai nesmagu, kai prie tų vaikų
kabinėjamasi visų akivaizdoje,
o tu tą matydamas nieko ne-
gali padaryti. Kartais norisi
pasakyti, kad liautųsi, bet
baisu, kad pats galiu
tapti tuo, iš kurio ims
tyčiotis. Kaip galėčiau
jiems padėti?“



JEI PASTEBI PATYČIAS, TU GALI:

- **Parodyti nepritarimą** patyčioms – neįsitraukti į jas, pasitraukti į šalį.
- **Užstoti** vaiką, iš kurio tyčiojama. Jeigu jautiesi saugiai ir drąsiai, gali įsikišti ir sudrausminti skriaudėją. Pavyzdžiui, įvardinti, kad patyčios – netinkamas elgesys ir jis neturi teisės taip elgtis.
- **Informuoti suaugusįjį**, kad pastebėjai patyčias iš kito vaiko. Tai **ypač svarbu**, jeigu nedrąsu pačiam įsikišti, o patyčios nesiliauja.
- **Būti draugiškas** su patyčias patiriančiu vaiku. Palaikymas ir draugiškumas skriaudžiamam vaikui be galo svarbūs ir reikalingi. Tad nepraeik pro šalį, parodyk, kad tau jis rūpi.

BEPATYČIU

www.bepatyciu.lt

Vaikų linija

Iš tavęs tyčiojasi? Jauti liūdesį, pyktį ar neviltį? Pasidalink savo išgyvenimais su „Vaikų linija“! Skambink nemokamu numeriu 116111 kasdien nuo 11 iki 21 val. arba parašyk laišką internetu www.vaikulinja.lt



BEPATYČIU

PATYČIOS GALI IR TURI LIAUTIS!

Nelik vienas su savo skausmu. Kreipkis pagalbos. Papasakok.