



KAIP REAGUOTI Į PATYČIAS?

Patarimai mokiniams

- ✓ **Papasakoti** apie patiriamas patyčias žmogui, kuriuo pasitiki, pavyzdžiui mamai, tėčiui, mokytojui, psichologui, socialiniam pedagogui ar kitam asmeniui. Pasidalijimas skaudžiomis patirtimis gali padėti pasijusti geriau.
- ✓ **Pasakyti** skriaudėjui, kad tau nepatinka toks elgesys. Pavyzdžiui, „Man nepatinka, kai imi mano daiktus“, „Man nepatinka, kai mane taip vadini“.
- ✓ **Pasitraukti** iš vietos, kur vyksta patyčios – išeiti iš patalpos, nueiti ten, kur yra suaugusių žmonių.
- ✓ **Išlaikyti savitvardą** ir nepradėti muštis, nes fizinė agresija gali dar labiau pabloginti situaciją.
- ✓ **Būti kartu** su kitais vaikais, nes skriaudėjai dažniausiai užgaulioja, kai vaikas yra vienas.
- ✓ Kartais į pašaipią pastabą galima **atsakyti pajuokavimu arba nereaguoti visai**, t.y. toliau tęsti savo veiklą. Nepavykus išprovokuoti jausmų proveržio, skriaudėjams kartais tampa neįdomu tyčiotis.
- ✓ **Svarbiausia – nekenėti, o kreiptis pagalbos** į suaugusiuosius, nes dažniausiai vaikams sunku patiems apsiginti nuo skriaudėjų ir sustabdyti patyčias.



Parengė Biržų švietimo pagalbos tarnybos socialinė pedagogė Asta Vaicekavičienė

Naudota literatūra: Jasiulionė J. S., Povilaitis J., Mažionienė M., Suchodolska I. Kuriamo klasę be patyčių. Gairės klasių auklėtojams. Vaikų linija, 2010.