

## **Patarimai tėvams: kaip elgtis, jei jūsų vaikas tapo patyčių liudininku**

Daugybė vaikų tampa patyčių mokykloje liudininkais. Labai svarbu, kad net tie vaikai, kurie tik matė patyčias, imtųsi tinkamų veiksmų, kad būtų užkirstas kelias patyčioms. Mes daug dirbame, kad išmokytume to vaikus mokykloje. Pateiksime jums keletą patarimų, kurie padės paaiškinti visa tai vaikams namuose. Jei jūsų vaikas pasakoja jums apie patyčias, kurias ji arba jis matė mokykloje, jums reikėtų elgtis taip:

- Paaiškinkite savo vaikui, kaip ir kur jis gali kreiptis pagalbos pats nenukentėdamas.
- Skatinkite vaiką pamėginti žodžiais numalšinti susiklosčiusią situaciją, žinoma, jei tai nekelia grėsmės jo paties saugumui. Jis galėtų kreiptis į užgauliojus tokiomis žodžiais: „Liaukitės! Taip nieko neišspręsite.“
- Neleiskite savo vaikui palaikyti ir skatinti užgaulioją, jis taip pat neturėtų tyliai stebėti, kaip skriaudžiamas kitas. Toks elgesys tik skatina užgaulioją – jis trokšta būti dėmesio centre.
- Skatinkite savo vaiką apie patyčias informuoti suaugusįjį, kuriuo jis pasitiki. Pasakojimas apie patyčias suaugusiajam nėra skundimas – tai drąsus žingsnis, kuris gali padėti užtikrinti tiek skriaudžiamo mokinio, tiek kitų vaikų saugumą. Pasiūlykite kreiptis į suaugusįjį kartu su draugu, taip bus drąsiau ir lengviau kalbėtis apie patyčias.
- Padėkite savo vaikui paremti ir palaikyti tuos, kuriuos skriaudžia kiti.
- Patarkite savo vaikui, kaip jis galėtų įtraukti atstumtuosius ir nukentėjusius nuo patyčių mokinius į bendrą veiklą.
- Pagirkite ir pastiprinkite drąsos apraiškas – atvejus, kai jūsų vaikas stengėsi pasielgti tinkamai ir sustabdyti patyčias, net jei tai jam ir nepavyko.
- Padėkite savo vaikui rasti ir įsisavinti tinkamus būdus, kurių dėka jis arba ji gali padėti sustabdyti patyčias. Kartu jūs galite, pavyzdžiui, suvaidinti įvairias situacijas ir aptarti, ką jis arba ji galėtų pasakyti ar padaryti, kad padėtų tam vaikui, kurį skriaudžia kiti.

*Parengta pagal kampanijos JAV „Neužsimerk. Ištiesk ranką. Sustabdyk patyčias dabar!“ kurią organizavo Sveikatos išteklių ir paslaugų administracija, Motinos ir vaiko sveikatos biuras ir Jungtinių Amerikos Valstijų sveikatos ir paslaugų departamentas, medžiagą.  
Daugiau apie tai rasite: [www.StopBullyingNow.hrsa.gov](http://www.StopBullyingNow.hrsa.gov)*