

## Pasikalbėkite

- Pirmiausia – išklauskite vaiką ir leiskite jam išsipasakoti.
- Pasikalbėkite apie vykstančias patyčias (Kas? Kur? Kaip vyksta patyčios? Kokiose situacijose?). Jau vien išsikalbėjimas artimam žmogui palengvina savijautą.
- Stenkitės į pasakojimą reaguoti, vengdami rodyti savo stiprias emocijas. Jos gali išgąsdinti vaiką ir kitą kartą jis gali nenorėti jūsų jaudinti.

## Sudarykite saugumo planą

- Aptarkite, kaip artimiausiu metu jūsų vaikas elgsis, kad galėtų jaustis saugiai. Pavyzdžiui, kaip galėtų vengti vietų, kur paprastai vyksta patyčios; kaip galėtų atsakyti į patyčių replikas; kaip saugiai grįžti iš mokyklos, jeigu patyčios vyksta pakeliui (eiti kitu keliu; sutarti, kad jūs pasitikssite) ir pan.

## Palaikykite

- Pagirkite vaiką, kad išdrįso jums tai papasakoti. Tam galėjo prireikti nemažai drąsos.
- Aiškiai įvardinkite, kad jis nėra kaltas dėl patiriamų patyčių.
- Aptarkite ne tik situaciją, bet ir vaiko savijautą, jausmus – parodykite, kad suprantate, kaip jis jaučiasi. Pavyzdžiui, „suprantu, kad šioje situacijoje tau skaudu“, „girdžiu, kad pyksti ir tai visiškai natūralu – juk iš tavęs pasišaipė“.

## Bendradarbiaukite su mokykla

- Aptarkite, kuriems suaugusiems mokykloje galėtumėte pranešti apie patyčias. Siekiant sustabdyti patyčias – svarbus mokyklos įsikišimas ir situacijos stebėjimas bei netinkamo vaikų elgesio koregavimas.
- Sutarę apie pokalbio detales su vaiku, pasikalbėkite apie patyčias su auklėtoja/kuratoriumi ar administracija.

## **Aiškiai įvardinkite, kad patyčios – netinkamas elgesys**

- Ramiai, nedviprasmiškai, tačiau neagresyviai pasakykite vaikui, kad netoleruosite jo/jos tyčiojimosi.

## **Nekaltinkite vaiko, bet kalbėkitės apie jo elgesį ir situacijas**

- Pasikalbėkite su vaiku jo nekaltindami, nežemindami, kaip jis supranta savo elgesį. Paskatinkite papasakoti apie situacijas, kada jis tyčiojasi (Kaip? Kada? Kaip dažnai? Iš ko?). Jūsų surinkta informacija gali padėti vėliau.

## **Nubrėžkite aiškias nepriimtino elgesio ribas**

- Priminkite drausminimo sistemą, kurią taikote arba sudarykite ją dabar. Nuobaudos turėtų būti adekvačios bei nemalonios vaikui, pavyzdžiui, neleidimas tam tikrą laiką naudotis kompiuteriu ar draudimas užsiimti kita jo mėgstama veikla.

## **Kreipkitės pagalbos į specialistus**

- Pasikalbėkite su ugdymo įstaigos specialistu/-tais. Atminkite, kad netinkamas elgesys nestabdomas gali tik stiprėti.
- Pasinaudokite siūloma psichologo ar kitų specialistų pagalba.