



REKOMENDACIJOS PATYČIŲ PREVENCIJAI

Patyčių prevencijai tinka ne tik paskaitos apie patyčias ir jų poveikį, bet ir filmų peržiūra. Žiūrėdami filmą, moksleiviai įsitraukia, informacija lengviau ir stipriau įstringa į atmintį, sukelia emocijas. Tokiu būdu, vaikai susitapatina su veikėjais ir gali pajauti tai, ką šie jaučia. Žemiau pateikta interneto nuoroda apie filmus patyčių tematika, kurie tiktų mokiniams:

<http://www.vaikulinija.lt/index.php/nustok/filmai>

Taip pat žemiau pateiktoje interneto nuorodoje rasite knygos „Smurto mokykloje: prevencija ir pagalba“ elektroninę versiją:

http://portalas.emokykla.lt/Documents/Metodiniai%20leidiniai/SPPC/Smurtas%20mokykloje_2.pdf

1.1 Rekomendacijos, organizuojant filmo peržiūros aptarimą

- ✓ Peržiūrėti filmą nepakanka, **būtinai jo aptarimas.**
- ✓ Peržiūrą ir jos aptarimą geriau daryti kiekvienoje klasėje atskirai, nes kai joje dalyvauja pernelyg daug vaikų, dalis išlieka pasyvūs, neišsako savo jausmų ir nuomonės.
- ✓ Be to, kiekviena klasė yra tarsi atskira socialinė grupė, kur vaikai vienas kitą geriau pažįsta ir tarp jų kasdien vyksta tarpasmeninės sąveikos. Tad tai galėtų padėti gerinti kasdienius jų santykius, tarpusavio supratimą. Net jei santykiai nėra visiškai glaudūs, atsiverti tik prie klasiokų drąsiau, nei prie visai nepažįstamų vaikų.
- ✓ Aptarimui rekomenduojama vaikus susodinti ratu, nes tuomet sunkiau pasislėpti ir likti pasyviu, be to, sukuriama lygiavertis santykio grupėje jausmas. Kiekvienas yra atsakingas už savo dalyvavimą, bet kartu ir suvokiantis turįs teisę išsakyti savo nuomonę.
- ✓ Svarbu skirti tiek laiko, kad tema būtų išgildyta giliai, kad jausmai išsakyti, kad visi moksleiviai gautų teisę ir laiko pasisakyti. Grupės vadovas turėtų stebėti grupę ir drąsinti tylesnius išsakyti savo jausmus bei nuomonę. Po peržiūros filmo aptarimui reikėtų skirti maždaug 1h–1,5 h laiko.
- ✓ **Filmas „Klasė“ skirtas vyresnių klasių (11-12kl.) moksleiviams. Jaunesniems vaikams reikėtų rinktis kitą filmą. Filmą platina „Planetos filmai“, tel. (8 5) 261 0505.**

Kai patyčios jau vyksta, vaikai nereaguoja į sudrausminimus, nepadėtų net filmo peržiūra ir jos aptarimas. Patyčioms tęsiantis rekomenduojama suorganizuoti susitikimą, kuriame dalyvautų besityčiojantys vaikai, kiti (klasės) vaikai, kurie stebi patyčias, vaikas, iš kurio tyčiojamasi, ir mokyklos psichologas. Jei pastarojo specialisto nėra, susitikime gali dalyvauti klasės auklėtojas ar kitas mokytojas, kuriuo vaikai labiau pasitiki.

Žemiau pateiktos rekomendacijos, kaip toks susitikimas turėtų vykti ir į ką atkreiptinas dėmesys.

- ✓ Susitikimo esmė yra visiems kartu pažvelgti į tai, kas vyksta, ir apie tai kalbėti atvirai.
- ✓ Tokį susitikimą svarbu pradėti nuo jo tikslų pristatymo. Jo metu akcentuojama vaikams, kad tarp jų vyksta tam tikri dalykai, kuriuos svarbu aptarti, kad kiekvienas žmogus turi būti atsakingas už savo elgesį ir jo pasekmes. Galbūt elgiamasi net nesusimąstant, kaip tai veikia kitą žmogų. Tad susitikimas ir skirtas išsiaiškinti, kokius

- jausmus kiekvienas iš vaikų nešiojasi savyje, kaip suvokiama atsakomybė už savo elgesį.
- ✓ Vaikus susodinti ratu. Taip sunkiau pasislėpti ir likti pasyviu, sukuriama lygiaverčio santykio grupėje jausmas. Kiekvienas yra atsakingas už savo dalyvavimą, bet kartu ir suvokia turįs teisę išsakyti savo nuomonę.
 - ✓ Susitikimas gali trukti 45 min.–1 val., priklausomai nuo to, kaip greitai vaikai bus linkę atsiverti.
 - ✓ Pradėti susitikimą galima nuo bendrų klausimų, dėl ko susirinkta, kas vyksta tarp vaikų. Nevengti tylos pauzės, galbūt atsiras vaikas, kuris garsiai įvardys.
 - ✓ Jei tokių vaikų neatsiranda, grupės vedantysis turėtų įvardyti, kad susirinkimas vyksta dėl patyčių. Svarbu *visiems suvokti jausmus, pasakyti tokio elgesio priežastis*.
 - ✓ Svarbu nemoralizuoti vaikams, kurie tyčiojasi. Pasakyti, kad svarbu suprasti ne tik tą, iš kurio tyčiojamasi, bet ir tuos, kurie tyčiojasi, bei tuos, kurie stebi, kaip vyksta patyčios.
 - ✓ Tuomet reikia identifikuoti vaiką, iš kurio tyčiojamasi, ir vaikus, kurie tyčiojasi. Galima užduoti klausimą, ar grupės dalyviai žino, iš kurio vaiko tyčiojamasi, kas tyčiojasi, kiek žmonių tai pastebi.
 - ✓ Nustačius vaiką, iš kurio tyčiojamasi, pirmiausia užduodamas klausimas, kas vyksta tarp vaikų, kokie jausmai kyla besityčiojantiems vaikams, kai jie pagalvoja ar pamato vaiką, iš kurio tyčiojamasi. Ar jie stipriai supyksta, ar pajaučia neapykantos jausmą? Kokios nuotaikos apimti jie dažniausiai pradeda tyčiotis iš vaiko? Galbūt jis padarė ką nors ne taip, gal kuo nors supykė? Svarbu, kad besityčiojantieji įvardytų jausmus ir priežastis.
 - ✓ Pasakyti, jei sunku rasti priežastis. Paaiškinti, kad tokiu būdu vaikai tiesiog išlieja jausmus, skirtus arba visai kitiems asmenims, arba patiems sau. Vis dėlto nuo to palengvėja tik laikinai. Svarbu aiškintis situaciją, suprasti kylančius jausmus. Egzistuoja ir kitų emocijų raiškos, nebūtina žeminti kitą žmogų.
 - ✓ Tada kalbinti vaiką, iš kurio tyčiojamasi: apie jo jausmus, kaip jis jaučiasi, kai taip su juo elgiamasi.
 - ✓ Aptarti jausmus ir vaikų, kurie stebi patyčias. Taip pat tai, ką jiems tuo metu norisi daryti, kas (kokie jausmai ar nuogąstavimai) tam sutrukdo.
 - ✓ Aptariant jausmus, labai naudingas metodas yra apsikeitimas vaidmenimis. Tai yra, skirti užduotį, kuomet vaikas, iš kurio tyčiojamasi, ir patyčias stebintieji pamėgina įvardyti jausmus tų, kurie tyčiojasi – būtent, ką jie jaučia, kai tyčiojasi. Tuo tarpu besityčiojančiųjų ir „stebėtojų“ klausiti, kaip, jų manymu, jaučiasi vaikas, iš kurio tyčiojamasi. O paskui vėl grįžti į realybę ir klausiti, ar teisingai vaikai įvardijo jausmus, o gal jaučiamasi kitaip, kviesti papildyti. *Jei vaikai tyli, neįsitraukia į aptarimą, drąsinti, užduoti konkretų klausimą kiekvienam vaikui*.
 - ✓ Aptarus jausmus, iškelti klausimą, kokios neigiamos ar teigiamos pasekmės būtų, jei vaikai liautųsi tyčiojėsi.
 - ✓ Tuomet aptarti, ar vaikai žino kitų būdų tarpasmeniniams konfliktams spręsti, t. y., abi pusės išsako tikruosius savo jausmus, ko jie tikisi vienas iš kito ir kaip tuos lūkesčius galėtų suderinti, t. y. ieškoti kompromiso.
 - ✓ Taip pat galima aptarti nekenksmingus būdus emocijoms reikšti: pavyzdžiui, pasikalbėjimas su draugu ar kitu artimu žmogumi apie tai, kas nutiko, kas jaučiama. Kitos veiklos: sportavimas, piešimas, dainavimas, išsirėkimas į pagalbę, išsiverkimas, dienoraščio rašymas ir pan.
 - ✓ Baigiant aptarimą, derėtų visų paklausti, ką jie galvoja apie tai, kas įvyko, kokių minčių pokalbis sukėlė, ko išmoko, ką sužinojo, kaip dabar jaučiasi, ar galėtų (ir kaip) keisti savo elgesį, kam to reikia.

- ✓ Taigi susitikimo esmė – vaikams ne įsakinėti, ne drausminti juos, o visiems drauge pasvarstyti apie problemas, mokytis kartu jas spręsti ir vienas kitą suprasti.
- ✓ Su pradinės klasės mokiniais toks pokalbis galėtų trukti ir trumpiau, nes tokio amžiaus vaikai sunkiau išlaiko dėmesį, taip pat dar neturi visiškai išlavinto gebėjimo suvokti ir žodžiais išreikšti savo jausmų, analizuoti savęs bei kitų. Su jaunesniais vaikais susitikime galima būtų panaudoti piešimo užduotis „Jausmai, kuriuos jaučia besityčiojantys vaikai ir vaikai iš kurių tyčiojamasi“ arba „Kai iš manęs tyčiojasi, aš jaučiuosi...“, „Kai tyčiojuosi iš kito, jaučiuosi...“. Užduočių metu galima taikyti ir apsikaitimo vaidmenimis metodą. Tie, kurie tyčiojasi, gali piešti vaiko, iš kurio tyčiojamasi, jausmus, o vaikas, iš kurio tyčiojamasi – besityčiojančiųjų jausmus. Aptariant piešinius, svarbu nepamiršti, kad esmė yra konkretizuoti situaciją, įvardyti, kas ir iš ko tyčiojasi, kaip ir kas dėl to jaučiasi, ką galima būtų keisti.
- ✓ Rengiant tokį susitikimą jaunesnio amžiaus vaikams, dėl minėtų priežasčių galima atsisakyti patyčių „stebėtojų“. Pakanka besityčiojančiųjų, vaiko, iš kurio tyčiojamasi, ir vedėjo (psichologo, auklėtojo, ar mokytojo).
- ✓ Atviras pokalbis apie tai, kas vyksta, gali padėti besityčiojantiems vaikams aiškiau pažvelgti į realybę, į savo elgesį ir jo pasekmes, nes kartais tokie vaikai elgiasi net nesusimąstydami, automatiškai. Pokalbiai apie tai, kaip jie elgiasi, kokie tikslai skatina tokį elgesį, gali padėti suvokti viduje kylančius jausmus ir paskatinti su jais tvarkytis kitais būdais.
- ✓ Aptarimas grupėje atkreiptų dėmesį, kad besityčiojantys vaikai nėra nuvertinami, kaltinami, kad svarbūs ir jų jausmai, kad visi drauge siekia vieni kitus tiesiog suprasti ir kartu mokytis spręsti konfliktus.
- ✓ Galima perspėti, kad jei patyčios tęsis, tokie susitikimai bus rengiami reguliariai, nes svarbu viską išsiaiškinti iki galo ir išmokyti suprasti aplinkui esančius žmones. Vėlesnieji susitikimai jau vyksta be didelių įžangų, siekiant giliau suprasti situaciją: kas tarp vaikų vyksta, kaip jie jaučiasi.

Parengė Pagalbos vaikams linijos psichologė