Patyčios tai –

Skriauda kūnui:

- Spardymas
- Tampymas
- Mušimas
- Stumdymas
- Kankinimas

Skriauda sielai:

- Tyčiojimasis
- Pravardžiavimas
- Žeminimas
- Gąsdinimas
- Parodymas, kad esi nemylimas
- Vertimas jaustis kaltu

Priekabiavimas tai – pasikartojantis, tyčinis, agresyvus elgesys, nukreiptas į silpnesnį su tikslu sukelti fizinį ar emocinį skausmą.

- Kabinėjimasis
- Prasivardžiavimas
- Daiktų atiminėjimas ar gadinimas
- Stumdymas
- Erzinimas
- Apkalbinėjimas
- Grasinimas
- Kumščiavimas
- Gąsdinimas
- Ignoravimas
- Mušimas

Kartais mokiniai patyčias, pažeminimą, skriaudą patiria ir iš tėvų, mokytojų, bei kitų suaugusių žmonių.

Vaikai, patiriantys patyčias, skriaudą ar priekabiavimą mokykloje ar namuose visuomet išgyvena daug stiprių jausmų:

- ✓ Liūdesį
- ✓ Baimę
- ✓ Gėdą
- ✓ Nusivylimą
- ✓ Pažeminimą
- ✓ Bejėgiškumą
- ✓ Vienišumą
- ✓ Nepasitikėjimą ir t.t.

Tas, kuris žemina, skriaudžia, tyčiojasi – savo elgesiu teigia, kad jam taip pat reikia pagalbos, kad jam skauda, kad turi problemų šeimoje ar kitur.

Pasidalindamas su suaugusiais apie patiriamą skriaudą, patyčias – tuo pačiu padėsi ir tam, kuris netinkamai elgiasi.

Yra nemažai gyvenime situacijų, kuriose mes vieni esame bejėgiai, jaučiamės vieniši ir pažeminti, tačiau pasidalinę, pasikalbėję visuomet galime kartu rasti sprendimą.

Tėvai visuomet nori žinoti, kas vyksta su jų vaiku. Jeigu nedrįsti pasikalbėti su tėvais, pasikalbėk su kitu suaugusiu žmogumi, kuriuo pasitiki. Nelik vienas, pasidalink skausmu su kuo nors!

Kalbėjimas apie tai, kas Tave žeidžia, skaudina ir neramina, tai yra -

PASIDALIJIMAS, IEŠKOJIMAS SPRENDIMO.

Kreipkis pagalbos į mokyklos:

- Socialinį pedagogą
- Psichologą
- Visuomenės sveikatos priežiūros specialistą
- Klasės auklėtoją
- Mokytojus
- Administraciją

Tau gali padėti :

- Vaikų linija Tel. 880011111
- Draugo linija www.jppc.lt
- Psichologinės paramos ir konsultavimo centras - Vilniaus g. 29, Tel. 56-35-31
- Šeimos santykių institutas - I.Zamenhofo g. 9, Tel. 75-09-35
- Pedagoginė psichologinė tarnyba A.Mickevičiaus g. 54, Tel. 42-32-84
- Saugaus vaiko centras - Giedraičių g. 8, Tel. 33-24-10
- Vaiko teisių apsaugos skyrius - K.Donelaičio g. 6, Tel. 42-30-88

Jie visada tave išklausys ir padės surasti išeitį.

Lankstinuką parengė socialinė pedagogė
Vida Marcinkevičienė

KĄ DARYTI, JEIGU PATIRI PATYČIAS AR SMURTĄ