

KURIAME MOKYKLĄ BE PATYČIŲ

Robertas Povilaitis
Jurgita Smiltė Jasiulionė
Aušra Kurienė
Dainius Pūras
Žydrė Arlauskaitė
Erna Petkutė
Jūratė Čižauskaitė
Vytis Valantinas





KURIAME
MOKYKLĄ
BE
PATYČIŲ

UDK 37.015.3

Ku 272

*Robertas Povilaitis
Jurgita Smiltė Jasiulionė
Aušra Kurienė
Dainius Pūras
Žydrė Arlauskaitė
Erna Petkutė
Jūratė Čižauskaitė
Vytis Valantinas*

© Paramos vaikams centras
© Vaikų linija

Dizainas: *Vitalija Duobaitė
Vaida Totilaitė*

Leidinyi išleistas Europos Komisijos  programos lėšomis.

Už leidinio turinį visą atsakomybę prisiima autoriai. Europos Komisija nėra atsakinga už leidinyje pateikiamą informaciją ir jos panaudojimą.

ISBN 978-9955-721-01-7

© UAB MULTIPLEX, 2007

Turinys

1. Efektyvi smurto prevencija	
Smurtas kaip visuomenės sveikatos problema	5
Tolerantiškos asmenybės tapsmo prielaidos šeimoje.....	7
Efektyviausios smurto prevencijos programos.....	11
2. Patyčios ir jų prevencija mokykloje	
Patyčių apibūdinimas	24
Patyčių formos	25
Patyčių vietos	27
Vaikų vaidmenys patyčiose	28
Istorinis žvilgsnis į patyčių tyrinėjimus.....	31
Patyčių paplitimas	32
Patyčios ir kitos agresijos formos	37
Klaidingos visuomenės nuostatos apie patyčias	43
Patyčių priežastys.....	47
Patyčių pasekmės	50
Patyčios ir konfliktai	52
Požiūrio į patyčias keitimas	54
Patyčių prevencinės programos įgyvendinimas	56
Moksleivių įtraukimas į patyčių prevenciją.....	64
Tėvų vaidmuo patyčių prevencijoje	66
3. Smurto prevencijos programos Lietuvoje	
<i>Big Brothers Big Sisters</i> prevencinė programa Lietuvoje	69
<i>Antras Žingsnis</i>	74
<i>Vaikų linija</i>	75
Kampanija <i>Nustok tyčiotis</i>	77
4. Rekomendacijos	
Rekomendacijos tėvams	80
Rekomendacijos vaikams	82
Literatūra	84

SMURTAS KAIP VISUOMENĖS SVEIKATOS PROBLEMA

Dainius Pūras

Nūdienos visuomenėje gausu įvairiausio smurto. Pasaulinės sveikatos organizacija 2002 m. paskelbė ataskaitą „Smurtas ir sveikata“, kurioje aiškiai įvardyta, kad prievarta pirmiausia yra visuomenės sveikatos problema. Šioje ataskaitoje aprašoma paauglių ir jaunimo sukelta prievarta, prievarta namuose (pvz., tarp sutuoktinių), prievarta prieš vaikus, seksualinė prievarta, save naikinantis elgesys (pvz., savižudybės, žalingas psichoaktyvių medžiagų vartojimas), prievarta prieš senus žmones, kolektyvinė prievarta ir terorizmas. Svarbu atkreipti dėmesį į tai, kad savižudybės čia yra įvardijamos kaip atskira prievartos rūšis – į save nukreipta prievarta. Visuomenės sveikatos požiūriu, ir į kitus visuomenės narius, ir į save nukreiptas smurtas (savižudybės) yra panašūs savo prigimtimi reiškiniai.

Lietuva yra tarp valstybių, pasižyminčių aukštais prievartos rodikliais, ir turi labai nepalankų rizikos faktorių kompleksą prievartos reiškiniams visuomenėje gausėti. Palyginti su Europos Sąjungos valstybėmis, žymiai daugiau vaikų Lietuvoje jaučiasi nelaimingi, nemažas procentas linksta į destruktijos (nusikaltimai, agresijos protrūkiai) arba autodestrukcijos (polinkis žudytis arba kitokiais būdais kenkti sau) veiksmus. Vaikai prievartą patiria šeimose, mokyklose, globos institucijose, ligoninėse, plačiąja prasme – visoje visuomenėje.

Nuo seno ieškoma paaiškinimo, kodėl žmogus smurtauja. Istorškai susiklostęs mąstymo būdas agresyvumą linkęs aiškinti arba atskiro individo amoralumu, arba psichikos sutrikimu. Amoralaus individo bausmė yra suvokiama kaip galimybė pakeisti individo elgesį, kartu pamokant kitus visuomenės narius taip nesielgti. Gali būti ieškoma smurto ir prievartos priežasčių pavieniuose individuose, kurių psichika esą sutrikusi ir, diagnozavus sutrikimus, juos gydyti. Šiems tradiciniams požiūriams būdinga tai, kad visuomenė neprisiima atsakomybės už smurto reiškinį ir siūlo jį įveikti individualiai: „pataisant“ kalėjime arba „pagydant“ ligoninėje. Tačiau būtent pačios visuomenės būklė lemia tai, kad joje atsiranda daug smurtaujančių individų.

Tradicinis požiūris į smurto įveikimą – tai įvairūs bandymai smurtą įveikti kitokiomis prievartos formomis (pvz., kalėjimais). Kai kurių autorių teigimu (Gilligan), šis tradicinis požiūris veikia paradoksaliai – jis ne mažina, bet didina visuomenės agresyvumą. Pvz., mirties bausmė, daugelio žmonių laikoma efektyvia nusikalstamumo prevencijos priemone, neišsprendė ir nesprenžia šių problemų valstybėse, kuriose iki šiol yra taikoma.

Šiuolaikinis požiūris į sėkmingą smurto įveikimą ar agresyvumo mažinimą remiasi visuomenės sveikatos principais. Tyrimai rodo, kad investicijos į modernias visuomenės sveikatos technologijas, pirmiausia į bendruomeninių paslaugų stiprinimą ir efektyvių prevencinių programų vykdymą, labai pasiteisina. Šiandien jau yra aišku, kad vaikų ir jaunimo teisių neapsaugo, jų dvasinių problemų nesumažina ir psichinės sveikatos nestiprina investicijos į psichiatrijos ligoninių, kūdikių namų, internatinių mokyklų ir psichoneurologinių pensionatų tinklą. Lietuvoje prisirišimas prie šių gausių, atgyvenusių ir neefektyvių paslaugų vis dar labai didelis, nors yra akivaizdu, kad jos negerina situacijos, o šias uždaras įstaigas palikusią vaikų integracija į visuomenę yra be galo komplikuoti. Psichologinė ir socialinė pagalba rizikos grupių vaikams bei šeimoms, modernios psichosocialinės intervencijos paaugliams ir jaunimui, bendruomeninės paslaugos vaikams su psichikos negalia, tėvų mokymas tinkamai auginti vaikus – tai vis modernios socialinių ir sveikatos paslaugų sistemos elementai. Sistemos, kuri Lietuvoje niekaip nepradedą veikti, nes dvasinė visuomenės sveikata vis dar nėra realus valstybės prioritetas.

Agresyvų vaikų elgesį galima tyrinėti iš kelių perspektyvų. Tam tikros nepaklusnumo, protesto ir nuosaikios agresijos reakcijos yra būdingos vaikų amžiaus tarpsniams, lydimiems krizių (pvz., „dvejų metų“ krizė arba paauglystės krizė). Vaiko ar paauglio, tenkinančio gyvybinį poreikį dvasiškai vystytis ir būti savarankiškesniam elgesys gali atrodyti bauginantis jo tėvams, tačiau dažniausiai turėtų būti vertinamas kaip normalus. Kartais dėl temperamento ar charakterio ypatumų vaikai linkę labai impulsyviai reaguoti į išorinės aplinkos pasikeitimus ar į jiems keliamus reikalavimus. Tuomet neretai pasipila taktinės tėvų klaidos: nuolaidžiauama arba atvirkščiai – imamasi represinių, vaiko orumą žeminančių priemonių. Sprendžiant tokias užaštrėjusias tėvų ir ypatingo elgesio vaikų santykių krizes, dažnai reikalinga psichologinė pagalba. Kadangi tokių situacijų šeimose pasitaiko labai dažnai, kompetentingų patarimų turėtų mokėti teikti pirminės grandies specialistai. Švietimo sistemoje tai – mokytojai; sveikatos sistemoje – šeimos (bendrosios praktikos) gydytojai, pediatrai.

Vaikai retai serga psichikos ligomis (tokiomis kaip šizofrenija), bet pakankamai dažnai jiems diagnozuojami tokie elgesio ir emocijų raidos sutrikimai kaip hiperaktyvumo sindromas, elgesio sutrikimas, įvairūs kiti psichologinės raidos sutrikimai, pasireiškiantys dideliu impulsyvumu, pykčio protrūkiais. Tuomet reikalinga specialisto – vaikų ir paauglių psichiatro – pagalba, kompleksinis gydymas psichoterapija ir vaistais.

Kitas vaikų agresyvumo problemos aspektas susijęs su visuomenės vertybinėmis orientacijomis. Kuo gilesnė vertybių krizė suaugusiųjų pasaulyje, kuo daugiau jame susikaupia „dvasinio toksiškumo“ (prievartos, tarpusavio priešiško, nepasitikėjimo, vartotojiškų nuostatų, jėgos kulto), tuo labiau tokia dvasinė terpė paveikia vaikų elgseną. Kai įvyksta šiurpus, visuomenę sudrebinantis įvykis (pvz., mirtimi ar sunkiu sužalojimu pasibaigęs santykių aiškinimasis tarp paauglių), tai dažniausiai būna ne psichikos sutrikimo pasekmė, o tik vyraujančių visuomenėje nuostatų atspindys. Agresyvius paauglius pagimdo pati visuomenė – aplinka ir sąlygos, iš suaugusiųjų perimta vertybių sistema.

TOLERANTIŠKOS ASMENYBĖS TAPSMO PRIELAIDOS ŠEIMOJE

Aušra Kurienė

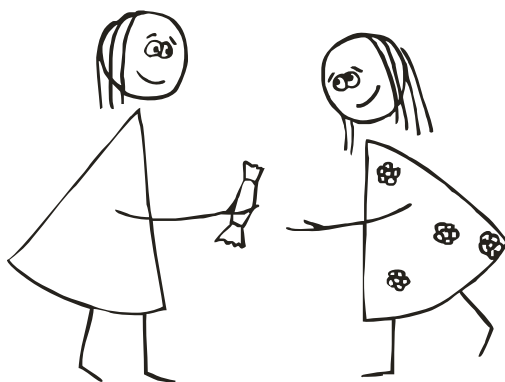


Žaidžiu su septynerių metų Rūta. Ji žaislinį namą apstato baldais, gėlėmis, įkurdina gyventojus. „Čia gyvens princesė – sako Rūta. – Ir princas. O princas yra?“. Žaislų rinkinyje ji pradeda ieškoti princo, bet visi pasirodė netikę, nepakankamai gražūs jų apdarai, ar patys netikę. „Gal šitas?“ – pasiūlau juodaodį gražuolį. „Fu, – sako Rūta. – Šitas juodas, šlykštus negras“. Bandau sužinoti, ką Rūta žino apie negrus, kodėl ši septynerių metų mergaitė taip skausmingai tvirtai neigia kitokio žmogaus vertę. Nieko daugiau – tik kad jis **kitoks**. Kadangi jis yra kitoks negu jinai ir negu tie

kiti princai, kuriuos jinai įsivaizduoja, tai jisai jai yra šlykštus, baisus ir netinkamas.

Vaiką supa gausybė tikrovės reiškinių ir objektų, su kuriais jį sieja įvairiapusiški ryšiai ir santykiai. Tačiau pagrindinis tikrovės objektas yra kitas žmogus. Žmogaus santykiai su kitu žmogumi pasireiškia tiek atitinkamu asmenybės požiūriu į kitą žmogų - jo pasaulėžiūros, įsitikinimų, idealų, išvaizdos ir kt. vertinimu, tiek ir konkrečiu elgesiu, bendravimu su juo. Rūpestinga šeima ugdo savo vaikus, mokydama juos pažinti ir patirti pasaulį, sėkmingai prisitaikyti – rasti savo vietą tarp žmonių, daiktų ir mokslo pasiekimų. Sėkmingo ugdymo rezultatas – sėkmingi santykiai su savimi ir pasauliu. Kiekvienas vaikas nori veikti, tobulėti, išmokti kuo daugiau naujų dalykų, tirti ir suprasti jį supantį pasaulį, kiekvienas vaikas nori prasmingų santykių su kitais žmonėmis, dalyvauti bendroje veikloje, kiekvienas vaikas nori būti saugus, jausti, kad juo rūpinamasi ir žinoti, kad nesusipratimus galima išsiaiškinti neprarandant suaugusiųjų meilės. Kaip vaikas suvoks pasaulį ir save, kaip jis elgsis su pasauliu ir su savimi, iš esmės priklauso nuo to, kaip šeima suvoks jį ir kaip elgsis su juo.

Kalbėdami apie tolerantiškos asmenybės ugdymą, mes kalbame apie asmenybę, kuri gerai save pažįsta – vertina savo privalumus ir žino savo trūkumus, pasitiki savimi ir aplinkiniais, jaučiasi saugi pasaulyje ir gali paprašyti pagalbos, kai reikia, jaučiasi atsakinga ir galinti daryti įtaką savo bei bendruomenės gyvenimui, atvira naujovėms. *Esminė prielaida tokios asmenybės susiformavimui – emocinė patirtis, leidžianti vaikui jaustis mylimam, vertingam ir saugiam.* Šeima formuoja esmines sąvokas, esminį pradinį pasaulio supratimą ir matymą – ar vaikas jausis saugus ir mylimas, galės pasitikėti kitais žmonėmis ir savimi, jausis galįs tvarkyti savo gyvenimą – visa tai priklauso nuo labai ankstyvos patirties, kurią šeima vaikui suteikia. Šeima išugdo pirmuosius socialinius įgūdžius, šeimoje formuojasi ir tolerancijos – sugebėjimo nekritikuojant priimti skirtingus požiūrius, vertybes ir elgesį – įgūdžiai.



Ugdyma vaiką, šeima sprendžia sudėtingą uždavinį – viena vertus, išugdyti vaiką „tokį kaip kiti“, t.y. sugebantį tinkamai įsitvirtinti bendruomenėje, antra vertus, išsaugoti ir padėti atsiskleisti vaiko individualumui ir unikalumui. Tai yra sudėtingas uždavinys, kurį šeima turi išspręsti – neišsiškoti blogąja to žodžio prasme ir išsiškoti gerąja to žodžio prasme. Su šiuo uždaviniu ne visos šeimos vienodai sėkmingai susitvarko, ir mes kalbame apie tai, kad vieni žmonės gali suprasti ir toleruoti kitokius, o kiti ne. Palyginkime – vieni žmonės supranta, vertina ir gerbia save, o kiti ne. Šie, regis, skirtingi reiškiniai yra tiesiogiai susiję – savęs vertė yra esminė tolerancijos kitokiems sąlyga. Jei vaikas žino esąs vertingas pats savaime, toks koks yra, tai jam nėra poreikio žeminti kito, kad pasijustų protingesnis, gražesnis ar stipresnis. Jei jam vertinga tai, kas jį supa, tai, kas jis, jo šeima, jo šalis yra, jei jis gali išdidžiai pasakyti esąs šiaurietis ar penktokas, ar kad jo tėtis yra policininkas, tai toks vaikas turi esmines prielaidas tapti tolerantiška asmenybe, gerbti kitus, jų pažiūras, jų interesus.

Bet jei vaikas nesijaučia pakankamai vertingas, jam neišvengiamai reikia save su kuo nors palyginti, tada būtinai reikia rasti kažką, jų supratimu, mažiau vertingą, o dažniausiai tiesiog kitokį – strazdanotą, atlėpusį, storą, kitatautį ir pan. Kad vaikas užaugtų tolerantiškas, turi būti ugdoma jo vertė, ugdomas žinojimas, kad jis yra tiesiog vertingas pats savaime, toks koks yra. Ar jisai būtų atlėpusis, nelabai mokantis matematiką, ar jisai būtų labai geras sportininkas, bet visai negabus muzikai, – tai visiškai nesvarbu, svarbu, kad šeima matytų vaiko vertę, ją puoselėtų, ugdytų ir leistų jam jaustis vertingam, mylimam ir saugiam. Tokie vaikai nekritikuoja ir nežemina kitų žmonių, nebijo patys būti kitokie ir nebijo kitokių.

Ši esminė prielaida – vaiko individualios vertės puoselėjimas – yra būtina sąlyga tolerancijos *kaip socialinio įgūdžio ugdymui*. Pripažinus vaiko teisę būti individualiam, kitokiam, reikia išmokyti jį pripažinti ir kito teisę būti kitokiam ir taip pat vertingam. Mūsų vaikai gyvens žymiai įvairesniame rasine, kultūrine, socialine prasme pasaulyje, nei mes ar mūsų tėvai gyveno. Būtina apie tai kalbėti, rengti juos tam – supažindinti su kitokiais, kitaip atrodančiais, kitaip mąstančiais, kitas religijas išpažįstančiais. Jau 5 – 8 m. vaikai yra pajėgūs spręsti ir vertinti. Šeimos vaidmuo yra ypatingai svarbus, kai vaikas jau gali spręsti ir vertinti, bet dar yra pakankamai atviras ir lankstus įvairiai nuomonei. Maži vaikai smalsiai klausia, pvz., kodėl Nastia taip juokingai šneka, kodėl Onutė gyvena ne namuose ir pan. Mes galime paaiškinti, kad Nastia yra rusė ir mokosi antros kalbos – lietuvių, ir tai, kaip ji kalba, vadinasi akcentas, ar kad Onutė yra našlaitė ir turi gyventi vaikų namuose. Tolerancija – skirtumų tarp žmonių pripažinimas ir pagarba jiems – būtinas gyvenimo įgūdis. Tolerancija ir supratimas yra vieninteliai įrankiai, kuriuos mūsų vaikai turės, kai reikės įveikti neapykantą, baimę, vienatvę. Neapykanta, diskriminacija, prietarai dažniausiai atsiranda dėl žinių apie kitas kultūras, religijas ar rases stokos. Geriausias būdas įveikti baimę ir neapykantą – susipažinti patiems ir supažindinti savo vaikus su aplink vis didėjančia kultūrine ir socialine įvairove. Kiekvienas vaikas susidurs su tam tikro laipsnio diskriminacija savo gyvenime. Vaikas gali girdėti diskriminacines pastabas žaidimų aikštelėje, matyti prietarų pavyzdžių per televiziją ar filmuose, ar susidurti tiesiogiai, nes turi ypatingą išvaizdą – yra strazdanotas raudonplaukis ar storas. Jei tėvai nereaguoja į tai ir nekalba apie diskriminaciją, vaikui gali atrodyti, kad taip ir reikia, kad rasinė, socialinė ar kultūrinė nelygybė yra normalu, ir kad diskriminuojamieji verti tokio elgesio, nes jie yra kitokie, todėl mažiau vertingi. Tėvams patiems būtina susigaudyti savo jausmuose ir nuostatose skirtingų rasių, grupių, individų atžvilgiu. Tėvų nuostatos ir elgesys – svarbūs veiksniai rengiant vaiką gyventi socialinėje ir kultūrinėje įvairovėje, nes būtent tėvai vaikui yra pagrindiniai elgesio modeliai. Tėvai gali ir turi išmokyti vaiką gerbti kitus žmones, nepriklausomai nuo jų religijos, rasės, tautos, tikėjimo, negalės, socialinės padėties ar išvaizdos, ir išmokyti atsisipirti diskriminacijai.

Augdami vaikai įgyja vis daugiau gyvenimo patirties ir suvokia žymiai sudėtingesnius reiškinius ir sąvokas, savo pačių šaknis ir socialinį kontekstą. Tai yra nuolatinis procesas – padėti jiems, kad užaugtų supratingi, jautrūs ir rūpestingi.

KELETAS PATARIMŲ TĖVAMS

Kalbėkite apie toleranciją

Tolerancijos ugdymas yra nuolatinis vyksmas. Šeimoje turi būti sukurtas tam tikras „komforto lygis“, kad būtų galima atvirai šnekėti apie socialines, rasines ir kt. problemas. Leiskite savo vaikams žinoti, kad tai nėra tabu. Rimtai reaguokite į kiekvieną vaiko klausimą, net jei jis jums atrodo sunkus, ir jūs nežinote atsakymo. Svarbu, kad vaikas žinotų, kad jis gali duoti ir sunkių klausimų.

Atpažinkite situacijas, kai jūsų vaikas susiduria su netolerancija

Pastebėkite mąstymo stereotipus ar neteisingą kultūrinę informaciją kino filmuose, televizijos laidoose, kompiuteriniuose žaidimuose, spaudoje. Aptarkite netolerancijos situacijas, kai jas iššaukia artimųjų ar draugų elgesys. Pvz., teta tik ką pavadino žydus masonais. Aptarkite tai, leiskite vaikams aktyviai kalbėti, padėkite jiems gauti teisingą informaciją.

Atpažinkite netolerancijos situacijas, kai jas sukuria jūsų vaikai

Kai jūsų vaikas daro ar kalba, kas žemina kitokį, pastebėkite tai, aptarkite. Pvz., pasidomėkite, kas jam atrodo taip juokinga anekdote apie blondinę? Nukreipkite pokalbį taip, kad vaikas mokytųsi empatijos ir pagarbos, kad galėtų pajauti, kaip kitas jaučiasi, būdamas tokių juokų ar replikų objektu. Neignoruo­kite bet kokių diskriminacinių replikų. Yra normalu, kad vaikas pastebi skirtumus tarp žmonių, padėkite pamatyti skirtumų privalumus, padėkite pamatyti skirtingų žmonių panašumus.

Padėkite vaikui, kai jis tampa kitų netolerancijos auka

Reaguokite rimtai į vaiko rūpesčius, kai jis tampa erzinimo ar prietarų auka. Nenuvertinkite jo išgyvenimų. Atjauškite ir padėkite rasti konstruktyvius sprendimus.

Ugdykite konstruktyvų priklausymo grupei supratimą

Didžiuotis savo grupe – nereiškia negerbti kitų. Nė viena grupė neturi specialių privilegijų, kitos žmonių grupės žeminimas neprideda savo grupei vertės. Turėkite namuose knygų apie įvairias kultūras, suvenyrų ir pan.

Sudarykite sąlygas bendrauti vaikams su skirtingais žmonėmis

Kritiškai vertinkite, kai vaikas sako – normalus. Praplėskite šią sąvoką – aplankykite vietas, kur galima sutikti įvairių žmonių, skirtingų rasių, išvaizdos, su neįgalių ir pan. Aplankykite įvairių religijų maldos namus – sinagogą, bažnyčią, soborą. Paskatinkite vaikus bendrauti su vyresniais žmonėmis, aplankykite religines bendruomenes, supažindinkite vaikus su socialinės atskirties reiškiniais. Pasikvieskite į svečius kitos tautybės ar kultūros žmonių.

Skatinkite vaiko dalyvavimą bendruomeninėje veikloje

Aplankykite prieglaudą, skatinkite pagalbą neturtingiems, pasidomėkite „žvaigždžių“ gyvenimu ir pan.

Pripažinkite skirtumus

Nesakykite vaikams, kad mes esame visi vienodi. Mes nesame. Mes suvokiame pasaulį skirtingai, skirtingai jaučiame. Padėkite vaikams pamatyti skirtingą kitų žmonių „matymą“.

Būkite elgesio modelis savo vaikams

Parodykite tolerantiško elgesio pavyzdį kasdieniniame bendravime.

EFEKTYVIAUSIOS SMURTO PREVENCIJOS PROGRAMOS

Robertas Povilaitis, Vytis Valantinas

Smurto tyrimų ir prevencijos centras (Kolorado valstija, JAV) 1996 m. įvertino 600 smurto prevencijos programų efektyvumą ir nustatė vienuolika pačių efektyviausių programų, vadinamųjų „Blueprints“ (<http://www.colorado.edu/cspv/blueprints>). Šios aukštus standartus atitinkančios etaloninės programos buvo atrinktos pagal tris svarbiausius kriterijus, kurie gali būti neblogo prevencinių modelių kokybės iliustracija:

1 kriterijus – mokslinis programos efektyvumo įrodymas. Tai reiškia, kad, išbandžius prevencinę programą praktikoje, pavyko gauti pakankamai moksliniais metodais surinktų ir sutvarkytų duomenų, kurie liudija apie reikšmingą agresyvaus, delinkventiško elgesio atvejų ir narkotinių medžiagų vartojimo sumažėjimą.

2 kriterijus – programos poveikio ilgalaikiškumas. Įrodyta, kad atrinktų programų poveikis yra tęstinis – akivaizdus mažiausiai vienerius metus po to, kai programa baigiama vykdyti.

3 kriterijus – galimybė pritaikyti programą įvairiomis aplinkybėmis. Atrinkti prevenciniai modeliai buvo efektyvūs ir sėkmingai pritaikomi skirtingose miestų, miestelių ir kaimų bendruomenėse.

Šiame skyriuje, pateikdami glaustus 11 programų aprašymus, siekiame pristatyti skaitytojams modernias smurto problemos sprendimo priemones. Tinkamai parinktos, bendruomenės poreikius atitinkančios, gerai koordinuojamos, turinčios reikiamą finansavimą ir kokybiškai įgyvendinamos programos padeda spręsti vaikų, paauglių ir jų šeimų sunkumus bei yra labai efektyvios, palyginti su atgyvenusiais ir brangiais, tačiau Lietuvoje vis dar populiariais socialinės atskirties metodais.

ŠEIMOS IR SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTO BENDRADARBIAVIMAS

(Nurse-Family Partnership)

Skirta mažas pajamas turinčioms moterims, besilaukiančioms pirmojo vaiko.

Šioje prevencinėje programoje yra akcentuojami trys kontroliuoti rizikos veiksniai, susiję su problemiško, asocialaus vaikų elgesio pasireiškimu jau ikimokykliniame amžiuje:

- Vaiko raidai nepalanki motinos elgsena nėštumo metu.
- Prievartos ir apleistumo atvejai vaikui gimus.
- Problemiškas motinos gyvenimo būdas.

Nedideles pajamas turinčios ir pirmojo vaiko besilaukiančios moterys yra lankomos kvalifikuotų, patyrusių specialistų. Su jų pagalba yra sprendžiamos sveikatos problemos, suteikiamos būtiniausios žinios, reikalingos gimsiančio vaiko priežiūrai. Kūdikiui gimus, kol jis sulaukia 2 metų, šeima ir toliau yra lankoma kas 1-2 savaites. Šių vizitų metu motina ir toliau visaip palaikoma ir mokoma, skiriamas dėmesys vaiko priežiūros kokybei, stebima jo raida. Svarbus lankančių specialistų uždavinys – padėti moterims įgyti pasitikėjimo ir įgūdžių, kurie tarnautų jų gerovei, praverstų siekiant pastarosioms svarbių tikslų (įgyjant išsilavinimą, ieškant darbo, ateityje vengiant nepageidaujamo nėštumo ar kt.).

Tiriant šios programos efektyvumą buvo nustatyta, kad susitelkimas ties trimis minėtais veiksniais davė teigiamų rezultatų:

- Žalingų įpročių sumažinimas ir siekimas užtikrinti palankesnę aplinką nėštumo metu lėmė tai, kad gimdavo sveikesni, mažiau raidos problemų turintys vaikai.
- Mokant tinkamų vaikų priežiūros būdų, padedant jaunoms mamoms įveikti negatyvius jausmus ir būsenas (pyktį, prislėgtumą, impulsyvumą ir kt.) sumažėjo prievartos prieš vaikus ir vaikų apleistumo atvejų.
- Lankyty motinų vaikai, sulaukę paauglystės, rečiau bėgo iš namų, buvo suimti ar nuteisti už nusikaltimus. Jie turėjo mažiau elgesio problemų ir žalingų įpročių negu kontrolinės grupės paaugliai, kurių motinos nebuvo lankomos.
- Vykdamą prevencinę programą sumažėjo išlaidos sveikatos apsaugai, nedirbančių motinų pašalpoms, sumažėjo nusikalstamumo mastas. Lėšos, sutaupomos dėl šių teigiamų veiksmų, ilgainiui stipriai viršija investicijas, skirtas prevencinės programos finansavimui.

NEPAPRASTŲJŲ METŲ PROGRAMA

(Incredible Years Series)

Skirta 2-8 m. problemiško elgesio (agresyvumas, nepaklusnumas, impulsyvūs poelgiai) ir rizikos grupės vaikams.

Agresyviai, impulsyviai ir nepaklusniai besielgiantys vaikai dar ikimokyklinio ugdymo įstaigose susiduria su įvairiomis problemomis ir neretai yra priverčiami šias įstaigas keisti. Vidurinėse mokyklose dėl savo blogos „reputacijos“ jie sutinkami su nepasitikėjimu, yra atstumiami bendraamžių ir jų tėvų. Taikant ankstyvąją intervenciją yra įmanoma padėti vadinamiesiems sunkiems vaikams ir išvengti minėtų blogų nuostatų nelaukiant, kol šios taps sunkiai pakeičiamos.

Siekiant išvengti problemiško elgesio, jį sumažinti ar keisti, spręsti vaikų emocinius sunkumus pasitelkiamos išsamios, įvairiapusės mokomosios programos mokytojams, tėvams ir vaikams. Apmokyti specialistai, naudodami vaizdinę medžiagą, padeda įsitraukti į prevencinį procesą, skatina jo narius aktyviai svarstyti ir spręsti problemas.

NEPAPRASTŲJŲ METŲ MOKOMŲ PROGRAMŲ APRAŠYMAS

Tėvams	Mokytojams	Vaikams
<p>Mokomasi neprievartinių vaikų drausminimo, veiksmingo paskatinimo, pastiprinimo ir pagyrimo būdų. Susipažįstama su problemų sprendimo strategijomis.</p> <p>Susitelkiama ties šeimos rizikos faktoriais: depresija, palaikymo stoka, nesutarimais, prastai valdomu pykčiu, menkais problemų sprendimo įgūdžiais.</p> <p>Susipažįstama su būdais, kuriais galima skatinti vaiko mokymąsi ir bendravimą su bendraamžiais bei mokytojais.</p>	<p>Dirbant su pedagogais didelis dėmesys skiriamas darbo su klase įgūdžių sustiprinimui. Siekiama, kad mokytojai gebėtų sutramdyti agresyvų klasės elgesį, padėtų vaikams atrasti efektyvių pykčio valdymo ir problemų sprendimo būdų, naudotų paskatinius sprendžiant sudėtingas elgesio problemas. Taip pat gebėtų padrašinti ir motyvuoti, skatinti moksleivių bendravimą ir bendradarbiavimą su bendraamžiais bei mokytojais.</p>	<p>Vadinamoji „Dinozaurės Dinos“ programa, kuri yra naudojama mažose problemiško elgesio vaikų grupėse. Ši programa skirta ugdyti vaikų emocinį sąmoningumą, empatiškumą (gebėjimą suvokti save kito vietoje, įsijausti į kitą), įgūdžius, kurie padėtų susirasti draugų ir juos išlaikyti, spręsti kylančius tarpasmeninius konfliktus, valdyti pyktį, laikytis mokyklos taisyklių ir sėkmingai mokytis.</p>

Tiriant šios prevencinės programos efektyvumą, nustatyti teigiami veiksniai:

Tėvams:

- Bendraudami su vaiku tėvai linkę mažiau įsakinėti, vartoja mažiau negatyvių pastabų.
- Grubų ir griežtą auklėjimą fizinėmis bausmėmis linkę keisti neprievartiniu ir rūpestingesniu auklėjimu.

- Sustiprėja tėvų pasitikėjimas savimi, mažėja depresiškumas.
- Pastebimi pozityvūs pokyčiai bendraujant šeimoje, sprendžiant problemas.
- Bendraujant vaikams ir tėvams sumažėja elgesio problemų. Vaikai linkę labiau klausyti savo tėvų.

Mokytojams:

- Klasėje rečiau griebiamasi griežtų drausmės palaikymo būdų, mokytojai dažniau linkę padrašinti ir pagirti.
- Vaikai noriau bendrauja ir bendradarbiauja su mokytojais ir bendraamžiais, labiau įsitraukia į mokyklinę veiklą.
- Sumažėja agresyvaus elgesio atvejų klasėje.

Vaikams:

- Vaikai linkę adekvačiau spręsti sunkumus, konfliktus su bendraamžiais.
- Sumažėja problemiško elgesio atvejų namuose ir mokykloje.

ALTERNATYVIŲ MĄSTYMO STRATEGIJŲ SKATINIMO PROGRAMA

(Promoting Alternative Thinking Strategies)

Skirta pradinei mokyklai.

Ši programa, kuria siekiama papildyti įprastinį pradinės mokyklos mokymo kursą, prisideda prie mokymosi sėkmės ir teigiamai veikia psichologinį klasės klimatą. Užsiėmimai, skirti savikontrolei, emociniam supratingumui, savigarbai ir tarpasmeninių sunkumų sprendimo įgūdžiams plėtoti, vyksta iki 3 kartų per savaitę ir trunka po 20 minučių ar ilgiau. Šių pamokų metu su vaikais yra kalbama apie jų jausmus, jie mokosi juos atpažinti, pavadinti ir išreikšti, apčiuopti skirtumą tarp jausmų ir poelgių, išvengti impulsyvaus elgesio. Mokytojų padedami, per vaidmeninį žaidimą, istorijų kūrimą, pokalbius vaikai atranda ir tyrinėja įvairius socialinio gyvenimo dėsningumus, susipažįsta su veiksmingo elgesio būdais ir strategijomis. Šį procesą namuose pastiprinti padeda tėvai, kurie yra supažindinami su programos medžiaga.

Programa buvo išbandyta įprastinėse klasėse, taip pat su įvairių specialiųjų poreikių vaikais (kurčiaisiais, neigirdinčiaisiais, vaikais su mokymosi negalia, emociniais sutrikimais, nedideliu protiniu atsilikimu ar ypatingai talentingais). Vertinant programos efektyvumą buvo, nustatyti šie teigiami pokyčiai:

- Didesnė vaikų savikontrolė ir atsparumas frustracijai.
- Supratingumas ir geresnis savo jausmų pažinimas.
- Veiksmingesni konfliktų sprendimo būdai.
- Sustiprėję mąstymo ir planavimo įgūdžiai.
- Sumažėjęs prislėgtumas, depresiškumas ir nerimastingumas (specialiųjų poreikių vaikų).
- Mažiau elgesio problemų apraiškų (specialiųjų poreikių vaikų).
- Mažiau agresyvaus elgesio apraiškų.

OLWEUS PATYČIŲ PREVENCIJOS PROGRAMA

(The Olweus Bullying Prevention Program)

Skirta pradinių, pagrindinių ir vidurinių mokyklų moksleiviams.

Mokyklos personalui tinkamai pristatant ir įgyvendinant šią universalią programą, galima reikšmingai sumažinti patyčių mokykloje mastą, vykdyti jų prevenciją, pagerinti moksleivių tarpusavio santykius, sukurti mokykloje šiltą ir saugią aplinką. Į programos veiklą yra įtraukiama visa mokyklos bendruomenė. Suteikiama pagalba priekabautojams ir skriaudžiamiems vaikams.

Programa yra vykdoma 3 lygiais, todėl suformuojama aiški ir tvirta mokyklos bendruomenės nuostata patyčių atžvilgiu:

Mokyklos lygis	Klasės lygis	Individualus lygis
Anoniminio klausimyno pagalba įvertinamas patyčių mastas ir pobūdis, surengiama konferencija patyčių problemai aptarti ir intervencijoms planuoti. Suformuojama patyčių prevencinės programos koordinavimo grupė. Organizuojamas vietų, kuriose patyčios vyksta dažniausiai, stebėjimas.	Sukuriamos prieš priekabiavimą nukreiptos klasės taisyklės. Rengiamos nuolatinės klasės valandėlės. Reguliariai susitinkama su moksleivių tėvais, skatinamas jų įsitraukimas į programą.	Suteikiama pagalba skriaudžiamiems vaikams ir priekabautojams. Įtraukiami šių vaikų tėvai. Siekiama, kad tyčiojimasis liautųsi. Šiame lygyje mokytojams gali talkinti konsultantai ir psichinės sveikatos specialistai.

Programos efektyvumas:

- Stipriai sumažėja priekabiavimo ir persekiojimo atvejų.
- Reikšmingai sumažėja asocialių poelgių atvejų (vandalizmo, muštynių, vagysčių, pamokų praleidinėjimo).

Reikšmingi teigiami klasės klimato pokyčiai: pagerėjusi tvarka ir drausmė klasėje, moksleivių tarpusavio santykiai, požiūris į mokymąsi ir mokyklą.

AMERIKOS VYRESNIŲJŲ BROLIŲ IR VYRESNIŲJŲ SESERŲ PROGRAMA

(Big Brothers Big Sisters of America)

Paprastai taikoma 6-18 metų vaikams ir paaugliams, gyvenantiems su vienu iš tėvų.

Dvidešimto amžiaus pradžioje Jungtinėse Amerikos Valstijose buvo pradėta programa, puoselėjanti pagalbą per draugišką, stiprinantį ryšį tarp vaikų ir vyresniųjų draugų – suaugusių programos savanorių. Šiandien daugiau kaip 100.000 vaikų ir paauglių JAV praleidžia tam tikrą laiką su specialiai jiems parinktais vyresniais draugais (programos savanoriais), kurie su jais bendrauja, išklauso jų rūpesčius, kartu įsitraukia į įvairias, vaikus dominančias ir jiems naudingas veiklas.

Big Brothers Big Sisters of America iš kitų panašaus pobūdžio programų išsiskiria gan griežtomis, aiškiai įvardytomis taisyklėmis ir procedūromis:

- Visi savanoriai turi dalyvauti atrankoje ir mokymuose, kuriais siekiama užtikrinti, kad vaikams nebus padaryta psichologinė ar fizinė žala, kad programoje dalyvaujantys žmonės turės vidinių ir laiko resursų užmegzti patikimą, globojantį ryšį su jiems paskirtais vaikais.
- Prieš paskiriant vaikui ar paaugliui savanorį draugą, stengiamasi kuo geriau jį pažinti, atsižvelgiama į jo poreikius, gaunamas vaiko tėvų sutikimas.
- Prasidėjus vaiko ar paauglio ir savanorio draugystei, ji yra prižiūrima programos specialistų, nuolat palaikomas ryšys su vaiko ar paauglio tėvais, pačiais vaikais ir savanoriais.

Vertinant programos efektyvumą, joje dalyvavę vaikai buvo palyginti su tais, kurie neturėjo jiems paskirtų *Vyresniųjų Brolių ir Seserų*. Nustatyta, kad programoje dalyvavę vaikai:

- Gerokai rečiau vartojo narkotikus ir alkoholį.
- Beveik triskart rečiau įsitraukdavo į muštynes.
- Buvo pažangesni mokykloje.
- Santykiai su tėvais ar globėjais tapo pilnavertiškesni.
- Buvo labiau linkę išlaikyti šiltus santykius su bendraamžiais .

GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ UGDYMO PROGRAMA

(Life Skills Training)

Žalingų įpročių prevencijos programa vidurinės mokyklos moksleiviams, pradedama 6 arba 7 klasėje.

Šios programos autorių teigimu, narkotikų, tabako ir alkoholio prevencija, apsiribojanti vien informacijos apie šias medžiagas pateikimu, yra menkai efektyvi. Geresnių rezultatų galima pasiekti susitelkiant ties svarbiausiais psichosocialiniais rizikos veiksniais, dėl kurių jauni žmonės įgyja žalingų įpročių. 3 metų trukmės mokomasis modelis yra skirtas sustiprinti moksleivių motyvacijai ir gyvenimiškiems įgūdžiams, kurie padėtų atsispirti narkotinėms medžiagoms.

Mokomąją programą sudaro užsiėmimai skirti:

- stiprinti įgūdžiams, kurie padeda priimti sprendimus, įveikti įvairius sunkumus, jų sukeltą nerimą, ugdyti savitvardą,
- skatinti bendravimui,
- plėsti žinias ir ugdyti nuostatas, padedančias atsispirti bendraamžių ar žiniasklaidos spaudimui, susijusiam su žalingais įpročiais.

Nustatyta, kad, taikant programą, alkoholio ir marihuanos vartojimas sumažėja 50 – 75%. Teigiamą programos poveikį liudija ir vėlesni pakartotiniai tyrimai.

MIDWESTERN PREVENČINIS PROJEKTAS

(Midwestern Prevention Project)

Visapusiškas paauglių alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencijos projektas.

Šios prevencinės programos pradžia (6-7 vidurinės mokyklos klasėje) sutampa su pirmuoju rizikos periodu, kuomet dažnai pradedami vartoti vadinamieji „duris atveriantys“ narkotikai (alkoholis, cigaretės, marihuana). Iki pat vėlyvosios paauglystės, kiek trunka pati programa, jaunimas yra skatinamas atpažinti socialinį spaudimą, verčiantį įgyti žalingų įpročių, mokomas, kaip galima šiam poveikiui atsispirti ir išvengti situacijų, kuriose alkoholis ir narkotikai paprastai vartojami.

Nors svarbiausias programos veiklos adresatas yra mokykla, ja nėra apsiribojama. Gerai koordinuotos strategijos pagalba į kampaniją įtraukiami tėvai, žiniasklaida, bendruomeninės organizacijos. Tai padeda pastiprinti pageidaujamą paauglių elgesį, jų apsisprendimą nevartoti narkotikų, skleisti su kompanija susijusią informaciją, sulaukti pastebimų vietinės sveikatos politikos alkoholio ir kitų narkotikų vartojimo atžvilgiu pokyčių.

Pagrindinės projekto veiklos:

Darbas su paaugliais mokykloje	Tėvų švietimo kampanija	Darbas su žiniasklaida, bendruomeninėmis organizacijomis, pokyčiai vietinėje sveikatos politikoje
Pasitelkiamos aktyvaus socialinio mokymosi technikos: modeliavimas, vaidmeninis žaidimas, diskusijos. Susitelkiama ties veiksniais, kurie turi didelę įtaką alkoholio ir narkotikų vartojimui: nesugebėjimui atsispirti, bendraamžių spaudimui, palaikymo trūkumui ir kt. Mokiniai atlieka namų darbus, į kuriuos gali įsitraukti jų šeimos nariai.	Siekama skatinti tėvų ir vaikų bendravimą, plėtoti su tuo susijusius įgūdžius, suburiama tėvų atstovų komisija, skirta vieningos mokyklos pozicijos alkoholio ir narkotikų atžvilgiu formavimui.	Pagrindinis šio veiklos komponento tikslas: formuoti aišką, pastovią bendruomeninę poziciją, palaikančią apsisprendimą nevartoti narkotinių medžiagų, suteikti nevartojančiam elgesiui normos statusą.

Tyrimais nustatytas projekto efektyvumas (lyginant su kontroline grupe):

- 40 % sumažėjęs kasdienis rūkymas.
- Panašiai nukritęs marihuanos ir kiek mažiau – alkoholio vartojimas (teigiami pokyčiai išlieka iki 12 klasės).
- Pademonstruotas teigiamas efektas, susijęs su kasdieniu rūkymu, dideliu marihuanos vartojimu ir kai kuriais sunkiaisiais narkotikais jauno suaugusiojo amžiuje.
- Pagerėjęs tėvų ir vaikų bendravimas, kuomet kalbama apie narkotines medžiagas ir jų vartojimą.

FUNKCINĖ ŠEIMOS TERAPIJA

(Functional Family Therapy)

Skirta 11-18 m. paaugliams, kurie elgiasi delinkventiškai, imasi smurto, vartoja narkotines medžiagas, sutrikusio elgesio paaugliams.

Ši programa – tai dar vienas būdas spręsti daugialypius problemišką elgesį lemiančius sunkumus jaunuolių gyvenamojoje aplinkoje, nesiimant prieš juos baudžiamųjų veiksmų, neverčiant jų palikti namų ir šeimos. Programos autoriai, pabrėždami tokių sankcijų prieš vaikus ir paauglius žalą bei neefektyvumą, siūlo trumpalaikę, lanksčią ir gerai dokumentuotą alternatyvą, pritaikomą įvairiose situacijose (mieste ir kaime, namuose, ligoninėje ar kitose institucijose).

Įprastai programa apima 12 vienos valandos trukmės susitikimų, išdėstytų trijų mėnesių laikotarpiu. Funkcinę šeimos terapiją sudaro trys svarbiausi etapai:

Įtraukimas ir motyvavimas	Elgesio keitimas	Apibendrinimas
Šio etapo metu susitelkiama ties terapijai nepalankiais šeimos narių įsitikinimais, nuostatomis ir jausmais siekiant užmegzti bendradarbiavimą, sustiprinti tarpusavio pasitikėjimą, viltis ir motyvaciją, padedančią siekti pokyčių.	Atsižvelgiant į unikalias situacijos ir šeimos narių ypatybes, parengiami ir pradedami vykdyti tarpiniai ir ilgalaikiai elgesio keitimo planai.	Teigiamus pokyčius ir pasiekimus šeimoje siekiama išlaikyti ir sėkmingai panaudoti sprendžiant problemiškas situacijas už jos ribų. Siekiant užtikrinti ilgalaikę paramą, šeima yra supažindinama su galimybėmis gauti reikalingą pagalbą ir palaikymą bendruomenėje.

Tiriant programos efektyvumą, nustatyti šie teigiami veiksniai:

- Programa efektyvi gydant sutrikusio elgesio paauglius, priklausomus nuo alkoholio ir narkotikų, dirbant su delinkventiškai, smurtiškai besielgiančiais paaugliais.
- Paaugliai išvengia patekimo į griežtas, labiau juos apribojančias ir brangiai kainuojančias institucijas.
- Sukliudoma paaugliams įsitraukti į suaugusiųjų kriminalinį pasaulį. Jų jaunesni broliai ir seserys mažiau linkę užsiimti rizikinga veikla.
- Išvengiama dabartinių problemų pasikartojimo ateityje.

MULTISISTEMINĖ TERAPIJA

(Multisystemic Therapy)

Skirta 12-17 m. smurtaujantiems, vartojantiems narkotines medžiagas nepilnamečiams nusikaltėliams, rizikuojantiems būti atskirtiems nuo namų, bei jų šeimoms.

Šia programa yra siekiama padėti nuolat nusikalstantiems, asocialiai besielgiantiems, vartojantiems narkotines medžiagas paaugliams, išvengiant jų įkalinimo ar apgyvendinimo specialiosiose įstaigose. Intensyvios intervencijos metu yra stengiamasi paveikti asocialų elgesį lemiančius veiksnius jaunuolio aplinkoje. Šeimoje, bendraamžių grupėje, mokykloje ar kaimynystėje ieškoma stipriųjų pusių, kurios padėtų pasiekti gerų rezultatų neatskiriant paauglio nuo jam įprastos gyvenamosios vietos. Pagrindinis specialistų tikslas dirbant su šeima – suteikti tėvams ir vaikams terapiją, paramą bei žinių, kurios padėtų ir skatintų juos savarankiškai, adekvačiu būdu nugalėti iškylančius sunkumus. Įprastai programa trunka keturis mėnesius (apie 60 darbo valandų). Susitikimų dažnumas ir trukmė parenkami individualiai.

Programos efektyvumas nusikalstantiems paaugliams:

- 25-70 % mažiau pakartotinio sulaikymo atvejų.
- 47-64 % mažiau atskyrimo nuo šeimos ir namų atvejų .
- Teigiami pokyčiai šeimos gyvenime.
- Sumažėjusios psichinės sveikatos problemos.

PLATAUS PROFILIO GYDYMO, GLOBOS IR RŪPYBOS PROGRAMA

(Multidimensional Treatment Foster Care)

Programa skirta įsisenėjusio asocialaus ir delinkventiško elgesio paaugliams, emociškai nestabiliems paaugliams, kuomet jiems įkalinimas ar hospitalizavimas.

Programos kūrėjai siekia atkreipti dėmesį į tam tikrus pavojus, kuomet dirbama su delinkventiškai besielgiančiu jaunuimu. Konstatuojama, kad grupinė terapija, nors ir padeda išvengti žalingo paaugliams įkalinimo, gali būti rizikinga dėl artimų ryšių, kuriuos tokio darbo metu tarpusavyje užmezga nepilnamečiai nusikaltėliai. Šis veiksnys, tyrimų duomenimis, gali išprovokuoti naujus delinkventiškus poelgius, padidinti atkryčio galimybę.

Šis prevencinis modelis yra pristatomas kaip alternatyva minėtai grupinei terapijai. Jos pagrindas – tai šeimų, kurioms patikima problemiškų paauglių globa, apmokymas ir nuolatinis konsultavimas. Šiose šeimose stengiamasi sukurti terapiškai vertingą aplinką, kurioje būtų užmegzti parama grįsti ryšiai su suaugusiuoju, stiprinami pageidaujami poelgiai, nustatytos aiškios ir pastovios elgesio šeimoje, bendruomenėje ir mokykloje taisyklės, apribojamas paauglių bendravimas su delinkventiškais bendraamžiais.

Kiekvienam programoje dalyvaujančiam paaugliui yra parengiama kasdienė dienotvarkė, kurioje nurodoma veikla, pageidaujamo elgesio ypatumai bei „taškų“, kuriuos paauglys gali užsidirbti ir vėliau panaudoti maloniai veiklai, skaičius. Intervencija vykdoma palaipsniui, priklausomai nuo jaunuolio elgesio: griežtą prižiūrimą dienotvarkę pamažu keičia laisvesnė.

Tikrieji programoje dalyvaujančių paauglių tėvai ar globėjai taip pat dalyvauja terapijoje ir yra mokomi, kad galėtų tinkamai pasirūpinti vaikais, jiems grįžus namo.

Tiriant programos efektyvumą, joje dalyvavusi paauglių grupė buvo palyginta su kontroline, tokio poveikio negavusia, bendraamžių grupe. Nustatyti šie teigiami pokyčiai:

- Per 12 mėnesių nuo programos vykdymo pabaigos, eksperimentinės grupės paaugliai buvo rečiau sulaikomi, įkalinimi praleido gerokai mažesnį dienų skaičių, vartojo daug mažiau sunkiųjų narkotikų negu kontrolinės grupės paaugliai.
- 24 mėnesius po programos pabaigos išliko pagerėjęs šių paauglių pažangumas mokykloje: jie dažniau lankė pamokas, geriau atlikdavo namų užduotis.
- Šie paaugliai greičiau buvo paleidžiami iš gydymo ir įkalinimo įstaigų.

NARKOTIKŲ PREVENCIJOS PROJEKTAS

(Project Towards No Drug Abuse)

Efektyvi narkotikų prevencijos programa, skirta 14-19 m. vidurinės mokyklos moksleiviams.

4 savaites trunkančios programos turinį sudaro 12 klasės užsiėmimų, trunkančių po 40 - 50 minučių. Siekiant sumažinti svarbius rizikos veiksnius, susijusius su narkotikų vartojimu, moksleiviai gauna detalią informaciją apie šių medžiagų pasekmes sveikatai ir socialinei gerovei, yra įtraukiami į užsiėmimus, stiprinančius motyvaciją ir apsisprendimą nevertoti narkotikų.

12 pamokų temos:

- Aktyvus klausymas
- Stereotipai
- Mitai ir realybė
- Priklausomybė
- Pokalbių šou
- Marihuana
- Metimas rūkyti
- Stresas, sveikata ir tikslų siekimas
- Savitvarda
- Pozityvių ir negatyvių minčių ir elgesio ryšys
- Perspektyvos
- Sprendimų priėmimas ir įsipareigojimas

Užsiėmimų metu plėtojami efektyvaus bendravimo, streso įveikos, problemų sprendimo įgūdžiai, aptariami metimo rūkyti būdai. Moksleiviai turi galimybę pakoreguoti klaidingus įsitikinimus narkotikų atžvilgiu.

Programos efektyvumas buvo tikrinamas eksperimentiškai tradicinėse ir alternatyviose mokyklose. Nustatyti šie teigiami veiksniai (30 dienų laikotarpiu):

- 27 % sumažėjęs rūkymas.
- 22 % sumažėjęs marihuanos vartojimas.
- 26 % sumažėjęs sunkiųjų narkotikų vartojimas.
- 9 % sumažėjęs alkoholio vartojimas.
- 6 % mažiau viktimizacijos atvejų.

PATYČIŲ APIBŪDINIMAS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Lietuvių kalboje nėra tikslaus termino, apibūdinančio patyčių reiškinių, kuris atspindėtų visą elgesio įvairovę, būdingą patyčioms. Galime rasti įvairių žodžių, skirtų šiam reiškiniui įvardyti: priekabiavimas, priekabės, užgauliojimas, ujimas, kabinėjimasis, skriaudimas, pažeminimas, erzinimas. Dažniausiai vartojami terminai – patyčios ir priekabiavimas. Tačiau terminas priekabiavimas neretai yra suvokiamas labai siaurai – kaip seksualinis priekabiavimas.

Nors daugiau kalbame apie šio reiškinių ypatumus tarp vaikų ir paauglių, tačiau jis yra būdingas ne tik vaikams ir paaugliams – patyčios vyksta ir šeimoje, ir tarp suaugusiųjų darbe.

Svarbiausios patyčių savybės:

- Patyčios – tyčiniai veiksmai.
- Toks elgesys yra pasikartojantis.
- Patyčių situacijoje vyrauja psichologinė ar fizinė jėgos persvara.

ŽODŽIAI, APIBŪDINANTYS PATYČIAS

Lietuvių kalbos žodynas, 2002:

Patyčios – ko nors darymas kieno apmaudui, piktumui, tyčiojimasis; juokavimas, juokai, pokštas.

Užgaulioti – įžeidinėti.

Skriausti – daryti skriaudą, nuoskaudą, neteisybę, engti, spausti.

Uiti – nuolatos barti, keikti; laikyti nieko vertu, niekinti.

Priekabiauti – ieškoti priekabių, kibti.

Niekinti – rodyti panieką, žiūrėti iš aukšto, be pagarbos; laikyti menku, neturinčiu reikšmės dalyku.

Erzinti – pajuokti, tyčiotis.

Kaikinti – erzinti, pykdyti, tyčiotis.

Pažeminti – sumenkinti, paniekinti.

Pajuoka – pajuokimas, patyčios; pajuokimo, patyčių objektas.

Pajuokti – ką pašiepti, tyčiotis.

Šaipytis – pajuokti, pašiepti.

Engti – spausti, varginti, kamuoti, slopinti.

Kabinėtis – priekabių ieškoti, kibti prie ko.

Skaudinti – teikti skausmą, daryti, kad būtų nemalonu, žeisti, užgauti.

! NEBŪNA NORMALIŲ PATYČIŲ – TAI NE HUMORAS. JUOKAUJAMA NORINT PRALINKSMĖTI, TYČIOJAMASI – NORINT ĮSKAUDINTI.

PATYČIŲ FORMOS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Vaikai gali pačiais įvairiausiai būdais vieni iš kitų tyčiotis, kabinėtis, skaudinti vienas kitą. Yra išskiriamos tiesioginės ir netiesioginės patyčios.

- Tiesioginės patyčios – kai vaikas yra atvirai puolamas, užgauliojamas savo bendraamžių, pvz., stumdomas, pravardžiuojamas, jam grasinama ir pan.
- Netiesioginėmis patyčiomis vadiname tokį elgesį, kuomet vaikas skaudinamas nenaudojant tiesioginės agresijos. Tai vaiko atstūmimas nuo grupės, ignoravimas, nebendravimas su juo, neapykantos prieš vaiką kurstymas.



Galima išskirti patyčių formas pagal tai, kokia agresija yra naudojama vaikui įskaudinti.

- Žodinės patyčios – kuomet vaikas yra skaudinamas, užgauliojamas žodžiu ir užrašais. Tai gali būti prasivardžiuojimas, gąsdinimas, pašaipios replikos apie žmogaus kūną, religiją, tautybę, negalią, išvaizdą, „juokeliai“, užrašai apie vaiką, vaiką skaudinančių žinučių siuntinėjimas mobilieisiais telefonais, elektroniniu paštu, apkalbinėjimas, šmeižimas.

ŽODŽIAI, APIBŪDINANTYS ŽODINES PATYČIAS

Žodinėms patyčias apibūdinti lietuvių kalboje gali būti naudojami tokie žodžiai ir išsireiškimai:

Įžeisti – konkrečiais poelgiais ar veiksmais sukelti dvasinį sopulį, įskaudinti; paniekinti; pažeminti, parodyti nepagarbą.

Įgelti – įkąsti, įdurti; įžeisti.

Į akis spjauti – pažeminti, paniekinti.

Apkalbėti – ką nors bloga apie kitą pasakyti, apšmeižti.

Burnoti – piktai kalbėti, piktžodžiauti, keikti.

Keikti – minėti ką piktais, negražiais žodžiais, plūsti.

Plūsti – keikti, koneveikti.

Dergti – žodžiais bjauruoti, plūsti, šmeižti, niekinti.

- Fizinės patyčios – tai užgauliojimas veiksmais: pargriovimas, įspyrimas ar spardymas, kumščiuojimas, stumdymas, rankos užlaužimas, spjaudymas, daiktų gadinimas ir atiminėjimas, drabužių gadinimas, plaukų pešiojimas. Tai gerai žinomi veiksmai, kurie dažnai vadinami žargonu, pavyzdžiui, „podnožkė“,

„pijavkė“, „grūšia“, „diligėlė“ ir kt.

ŽODŽIAI, APIBŪDINANTYS FIZINES PATYČIAS

Mušti – teikti skausmą smūgiais.

Daužyti – mušti, pliekti.

Kumščiuoti – kumščiu mušti.

Spardyti – trenkti, smogti koja ar kojomis.

Spjaudyti – tėkšti iš burnos seiles, skreplį; niekinti.

Lupti – prievarta imti, reikalauti; spausti, engti, išnaudoti.

Kulti – mušti, perti, daužyti.

Apkulti – apmušti, apdaužyti.

Perti – mušti, pliekti.

Tvoti – stipriai suduoti, šerti, smogti; smarkiai mušti.

Pliekti – smarkiai mušti, plakti; smarkiai kritikuoti.

Mušnoti – tapšnoti; mušinėti.

- Sudėtinės - tai tokios elgesio formos, kurios apima ir žodinius, ir fizinius veiksmus. Pavyzdžiui, reketas, vertimas daryti tai, ko vaikas nenori.

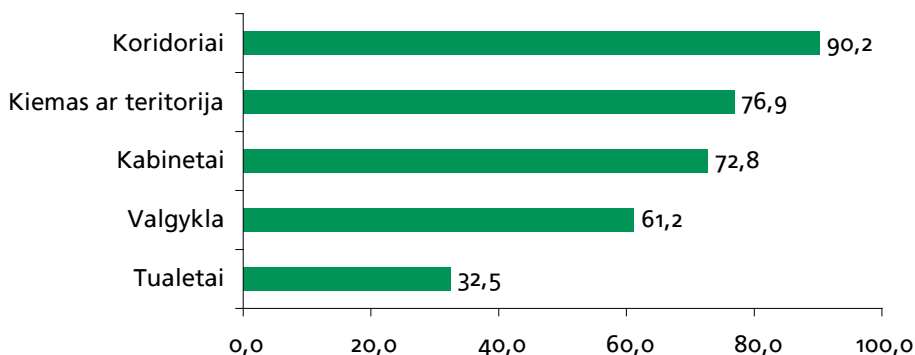
PATYČIŲ VIETOS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Patyčios gali vykti pačiose įvairiausiose vietose: ir mokyklose, ir kiemuose, ir namuose, ir visur kitur, kur vaikai susitinka ir bendrauja. Kiekybiškai daugiau patyčių vyksta mokyklose. Tai ta aplinka, kurioje ilgą laiką būna daug vaikų. Pamėginkime įsivaizduoti, kur didesnė tikimybė, kad mums užmins ant kojos – ar sausakimšam autobuse, ar erdvoje aikštėje? Kitoje aplinkoje – kieme, žaidimų aikštelėje – vaikai turi daugiau erdvės, joje būna tiek kiek nori, gali pasirinkti su kuo bendrauti.

Patyčių situacijoje labai svarbų vaidmenį atlieka stebėtojai – kiti vaikai, kurie mato, kaip vaikas yra žeminamas. Pavyzdžiui, pravardė, pasakyta prieš visą klasę, yra žymiai skaudesnė nei pasakyta „akis į akį“. Mokykla yra labai palanki terpė turėti tokią stebėtojų auditoriją.

Mokyklose patyčios vyksta įvairiose vietose. Yra stebima tendencija, kad tyčiojimas vyksta tokiu metu ir tokioje vietoje, kur yra mažiausiai suaugusiųjų [26]. Pavyzdžiui, daug patyčių vyksta pertraukų metu, tyčiojamasi klasėse, mokyklos kieme ar koridoriuose.



1 Pav. Dažniausios moksleivių minimos patyčių vietos mokykloje (%).

Patyčių atvejų pasitaiko taip pat ir kitose vietose: bibliotekose, sporto salėse, persirengimo kambariuose, tualetuose, rūbinėse, mokyklos kieme ir kitur.

VAIKŲ VAIDMENYS PATYČIOSE

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Patyčių situacijoje vaikai gali būti skirtinguose vaidmenyse.

Auka – vaikas, kuris patiria kitų vaikų patyčias.

Skriaudėjas – tai yra tam tikras lyderis, kuris dažniausiai pradeda, inicijuoja patyčias ir ieško palaikymo, stengiasi įtraukti kitus.

Aktyvus šalininkas – vaikas, kuris palaiko patyčias, prisijungia prie skriaudėjo (antrina jam), tačiau yra nelinkęs pirmas pradėti tyčiotis.

Šalininkas – palaiko tyčiojimąsi, pritaria jam ir jame dalyvauja (tačiau ne taip aktyviai, kaip skriaudėjas ar šalininkas).

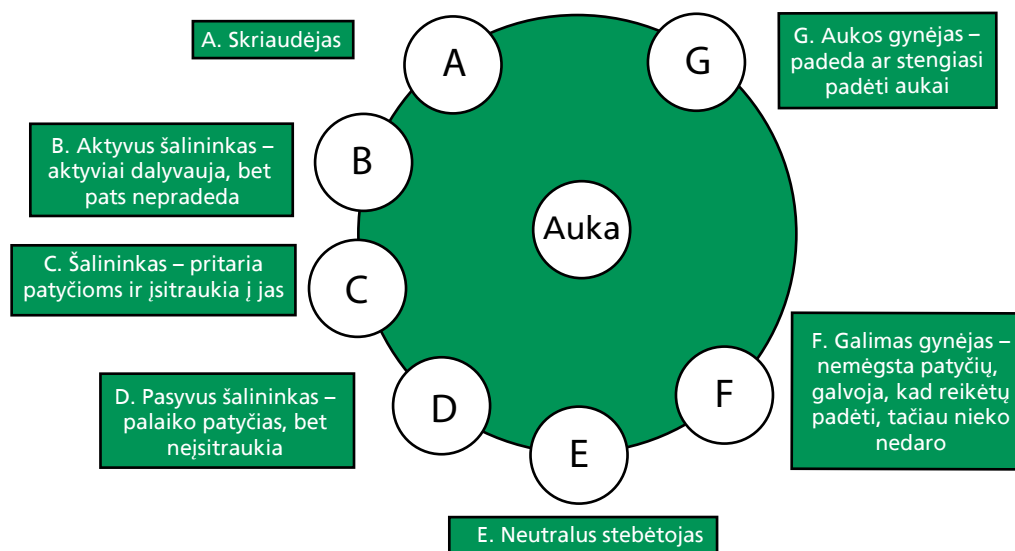
Pasyvus šalininkas – pritaria patyčioms, tačiau aktyviai neįsitraukia.

Neutralus stebėtojas – tiktai stebi, kas vyksta. Stengiasi išlikti nuošalyje ir, jeigu jo asmeniškai tai neliečia, stengiasi niekaip neįsivelti.

Galimas gynėjas – nepritariantis patyčioms vaikas, kuris norėtų padėti aukai, bet nieko nedaro, greičiausiai bijodamas pats tapti patyčių objektu.

Aukos gynėjas – vaikas, kuriam nepatinka patyčios ir kuris stengiasi padėti aukai apsiginti arba bando sustabdyti patį priekabiavimą. Tai irgi neretai yra lyderis, kuris gali išdrįsti pasipriešinti skriaudėjams.

Pirmasis mokinių vaidmenų schemą sudarė norvegų tyrinėtojas Dan Olweus. Čia pateikiame Cris Goldy modifikuotą vaikų vaidmenų schemą [9]:



2 Pav. Vaikų vaidmenys patyčių situacijoje.

Šie vaidmenys nėra fiksuoti – jie gali keistis. Vaikas vienoje situacijoje buvęs skriaudėju, kitoje gali tapti šalininku, o kartais ir auka. Ir auka gali tapti skriaudėju ar užimti kitą vaidmenį.

Kartais į skriaudėjų vaidmenį gali įsitraukti tie moksleiviai, kuriems nepatinka patyčios, tačiau jie patys bijo tapti patyčių aukomis ir tikisi, kad tyčiodamiesi iš kitų patys išvengs kitų priekabiavimo. Kiti vaikai galvoja, kad nesikišdami ir stengdamiesi nematyti patyčių, išvengs jų patys.

Aktyvus nedalyvavimas patyčių situacijose ir stengimasis likti nuošalyje taip pat yra tam tikras dalyvavimas patyčiose. Kitaip tariant, nedalyvavimas politikoje jau yra politika, – kaip tai puikiai iliustravo žymus Lietuvos rašytojas Balys Sruoga savo kūrinyje „Dievų miškas“. Neutralumas gali padėti išvengti patyčių konkrečiam vaikui, tačiau bendra mokyklos atmosfera ir saugumas nuo to nukenčia. Jeigu yra daug vaikų, kurie stengiasi išlikti neutralūs, tuomet yra palankios sąlygos vykti patyčioms. Patyčios gali mažėti tik tuomet, kuomet yra galinčių, norinčių ir drįstančių jas sustabdyti. Nenoras kištis į situaciją ir prisidaryti sau problemų gali būti viena iš priežasčių, kodėl policijai kartais sunku išaiškinti nusikaltimus.

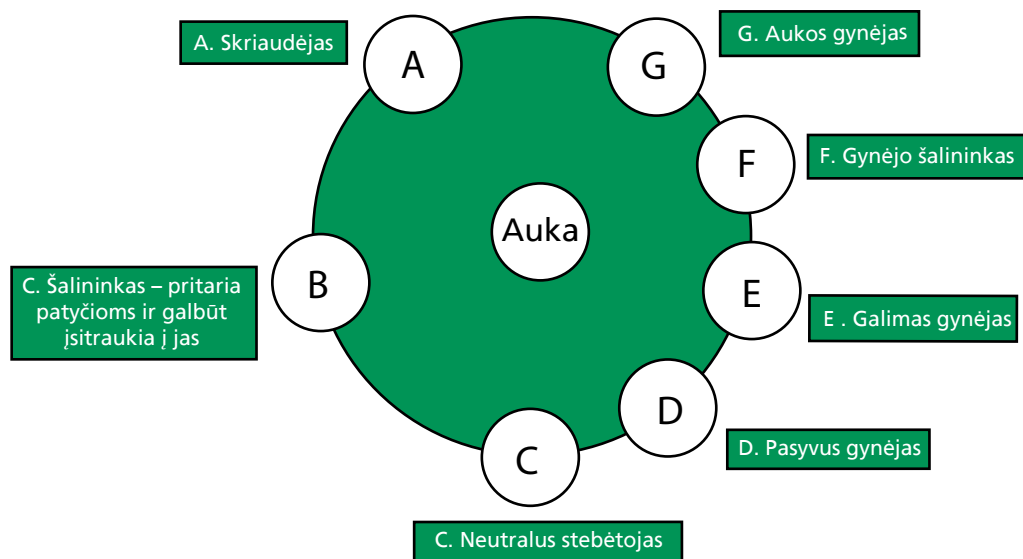
! VAIKAS, KURIS TYČIOJASI, IRGI YRA AUKA. LABAI TIKĖTINA, KAD JIS DABAR PATS PATIRIA AR ANKSČIAU YRA PATYRĘS PATYČIAS, IR NEMOKA NEAGRESYVIAI BENDRAUTI.

Kaip matome, patyčių situacijoje yra daugiau nei 2 dalyviai: ne tik skriaudėjas ir auka, bet ir stebėtojai, žiūrovai. Stebėtojai padaro patyčių situaciją skaudesnę aukai, nes mato jo pažeminimą. Skriaudėjui taip pat svarbūs šie „žiūrovai“, nes prieš juos jis demonstruoja savo jėgą bei įtvirtina savo išskirtinį statusą. Vadinti kitą vaiką „žąsinu“ esant tik skriaudėjui ir aukai gali būti ne taip įdomu skriaudėjui ir ne taip skaudu skriaudžiamam vaikui, palyginti su tokia pačia situacija, vykstančia klasėje, kai vaikas pažeminamas visų klasiokų akivaizdoje.

Svarbu žinoti, kad ne visoms patyčių formoms tai yra būdinga, pavyzdžiui, reketavimo situacijoje yra vengiama žiūrovų ir siekiama kuo didesnio slaptumo.

Kadangi šie vaidmenys nėra statiški, suaugusieji gali padėti vaikams pakeisti savo vaidmenis. Jeigu suaugusiųjų pastangomis priekabiautojas bent kartais susilaikytų ir taptų šalininku, o šalininkas – neutraliu stebėtoju – patyčių jau būtų šiek tiek mažiau. Taip pat jeigu skatintume neutralius stebėtojus tapti galimais gynėjais, o tie, kurie neišdrįsdavo apginti aukos, taptų drąsesni ir galėtų užstoti auką, – galime tikėtis retesnių patyčių.

Dideliu pasiekimu galėtume laikyti tokį statusų perstruktūravimą, kuomet didėja skaičius vaidmenų, nepritariančių patyčioms ir palaikančių skriaudžiamą vaiką, bei mažėja patyčias palaikančių vaidmenų.



3 Pav. Pageidautinas vaikų vaidmenų pasiskirstymas patyčių situacijoje.

Kai kurie autoriai aprašo būdus, kaip skriaudėją galima paversti aukos gynėju. Pavyzdžiui, mokyklos psichologas pasikviečia 13-metį Rimą, kuris kabinėjasi prie savo klasioko Edvino ir sako jam: „Žinau, kad tavo klasėje vaikai skriaudžia Edviną. Kadangi tu esi klasės lyderis ir tavęs kiti vaikai klauso, norėčiau paprašyti tavo pagalbos. Gal galėtumei užstoti Edviną, kuomet kiti vaikai jį pradeda skriausti? Tavęs jie tikrai paklausys...“ Tokiu pokalbiu psichologas parodo Rimui, kad yra informuotas apie vykstančias patyčias jų klasėje ir netiesiogiai duoda suprasti, kad žino apie paties vaiko dalyvavimą. Tokiu pokalbiu yra akcentuojamos teigiamos vaiko savybės – jo lyderiavimas klasėje – ir pasiūloma jo, lyderio, savybę panaudoti konstruktyviai bei pakeisti savo elgesį.

ISTORINIS ŽVILGSNIS Į PATYČIŲ TYRINĖJIMUS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Patyčios yra labai senas reiškinys. Įvairūs neigiami, nepageidautini visuomeniniai reiškiniai, egzistavę išties šimtmečius, yra kartais netikėtai aptinkami ar atrandami.

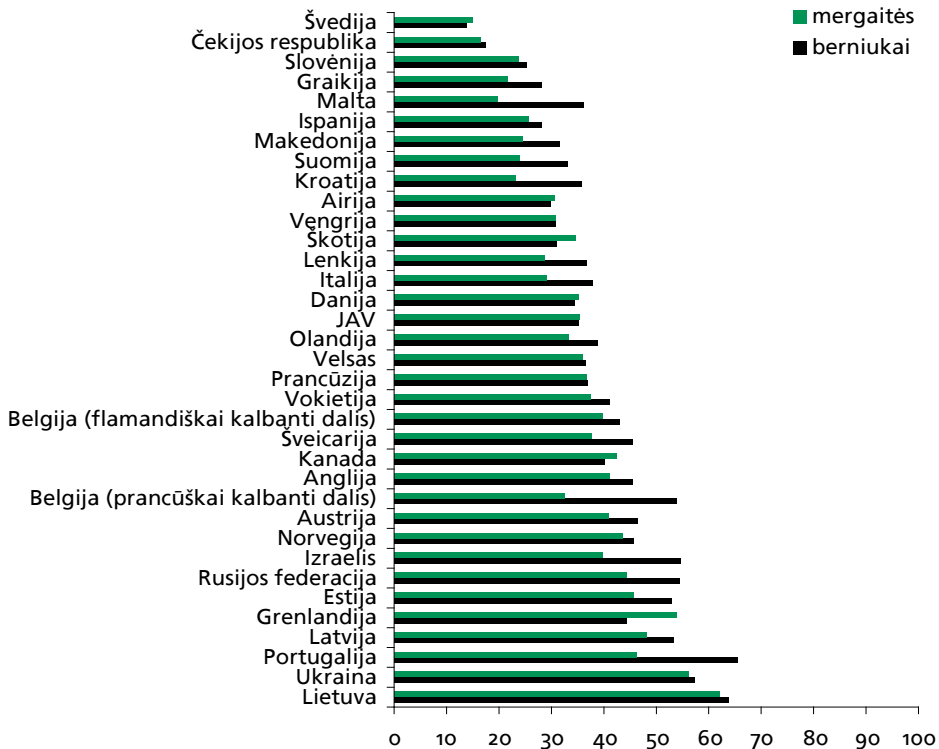
Sistemiški patyčių tyrinėjimai pradėti nuo 1970-ųjų. Didžiausias susidomėjimas prasidėjo Švedijoje ir neilgai trukus šis reiškinys pradėtas tyrinėti kitose šalyse. Norvegijoje patyčiomis pradėta domėtis 1982-aisiais metais, kuomet nusižudė trys paaugliai. Tyrimas atskleidė, kad paaugliai nusižudė dėl nepakeliamo bendraamžių priekabiavimo [16]. Šis įvykis sukėlė diskusijas žiniasklaidoje ir visuomenėje, todėl buvo sukurta nacionalinė kampanija, inicijuota Švietimo ministerijos. 1983–1985m. Bergeno miesto mokyklose buvo pradėta vykdyti priekabiavimo prevencijos programa. Buvo tikrinamas šios programos efektyvumas, ir vėliau ji buvo pradėta taikyti kitose šalyse.

Iki šiol yra atliekama daugybė tyrimų įvairiose pasaulio šalyse. Ypatingai įdomūs ir vertingi yra tarptautiniai tyrimai, leidžiantys palyginti situaciją skirtingose šalyse.

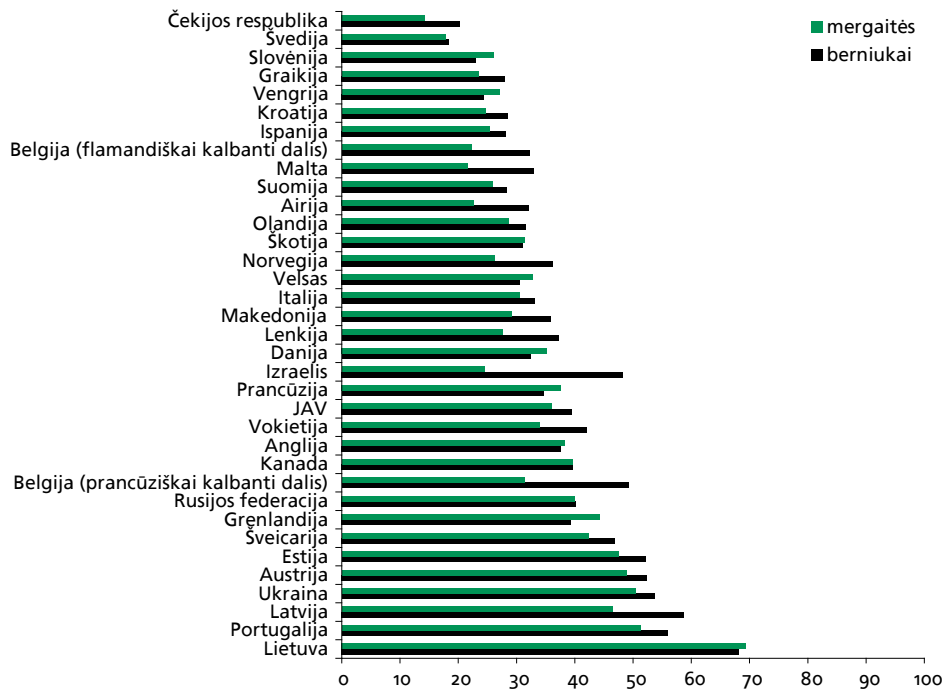
PATYČIŲ PAPLITIMAS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

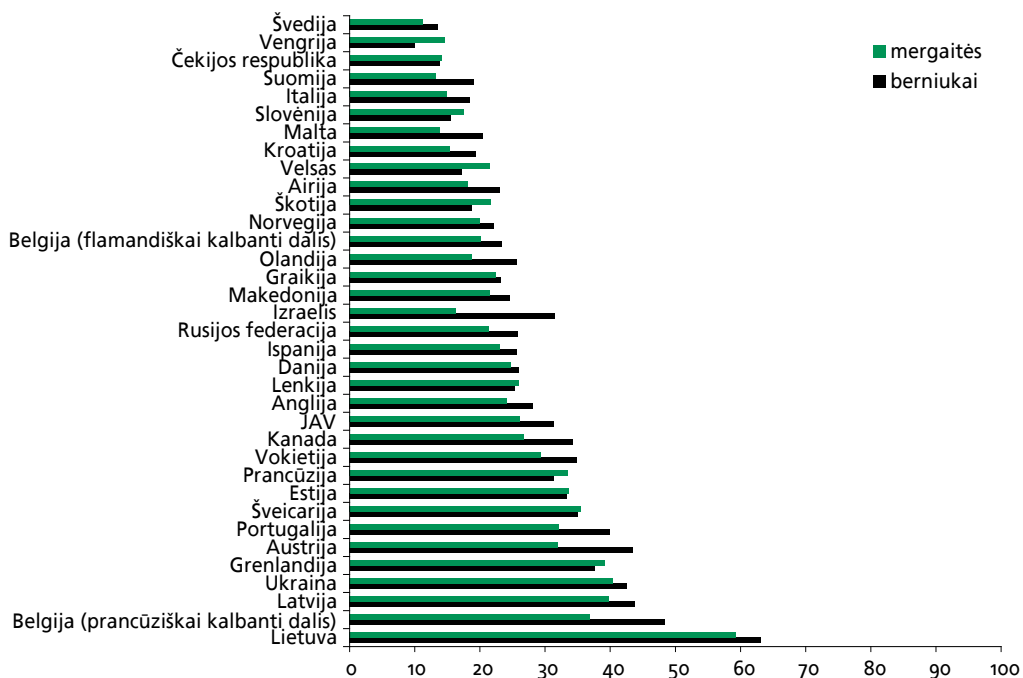
2002m. Pasaulinės sveikatos organizacijos atlikto tarptautinio tyrimo duomenimis patyčių paplitimas 35 skirtingose šalyse stipriai skiriasi (4.1 - 5.3 pav.). Pvz., 13m. vaikų (4.2 pav.), įvardinančių patiriant patyčias bent vieną kartą per du mėnesius, skaičius varijuoja nuo 14,3 proc. mergaičių Čekijoje iki 69,4 proc. mergaičių Lietuvoje. Besityčiojančių iš kitų vaikų dažnumas (bent vieną kartą per du mėnesius) svyruoja nuo 11,8 proc. mergaičių Švedijoje iki 76,8 proc. berniukų Lietuvoje (5.2 pav.). Kaip matome, skirtumai tarp šių šalių yra dideli, deja, Lietuvoje yra daugiausia tiek vaikų, patiriančių patyčias, tiek besityčiojančių iš kitų.



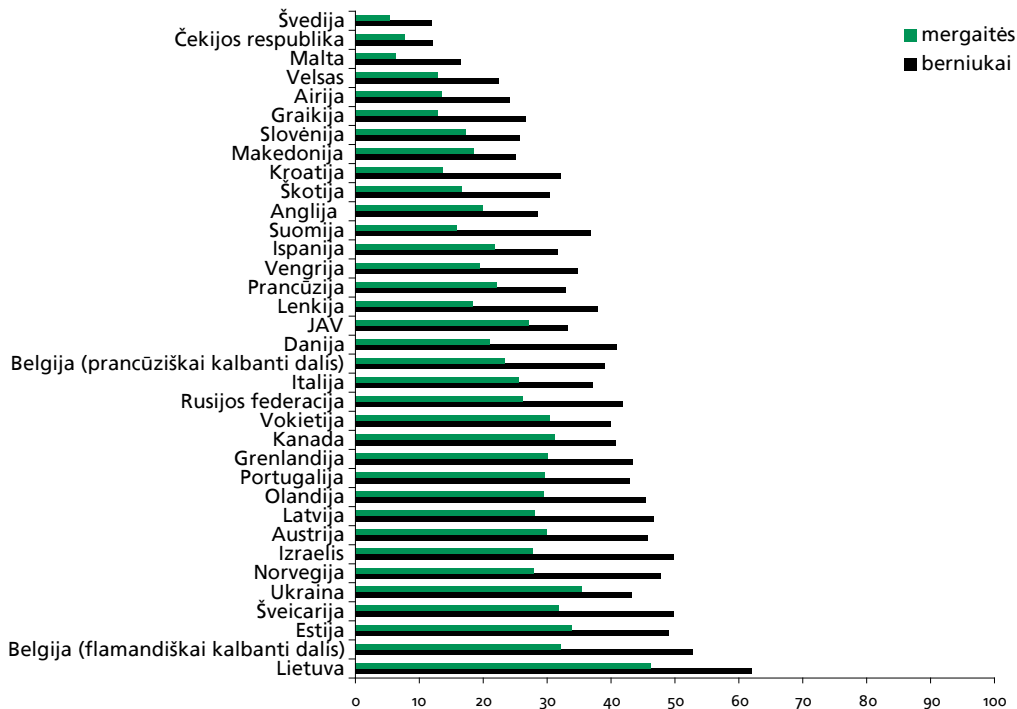
4.1 Pav. 11 metų vaikai, patyrę patyčias bent kartą per pastaruosius 2 mėnesius (%).



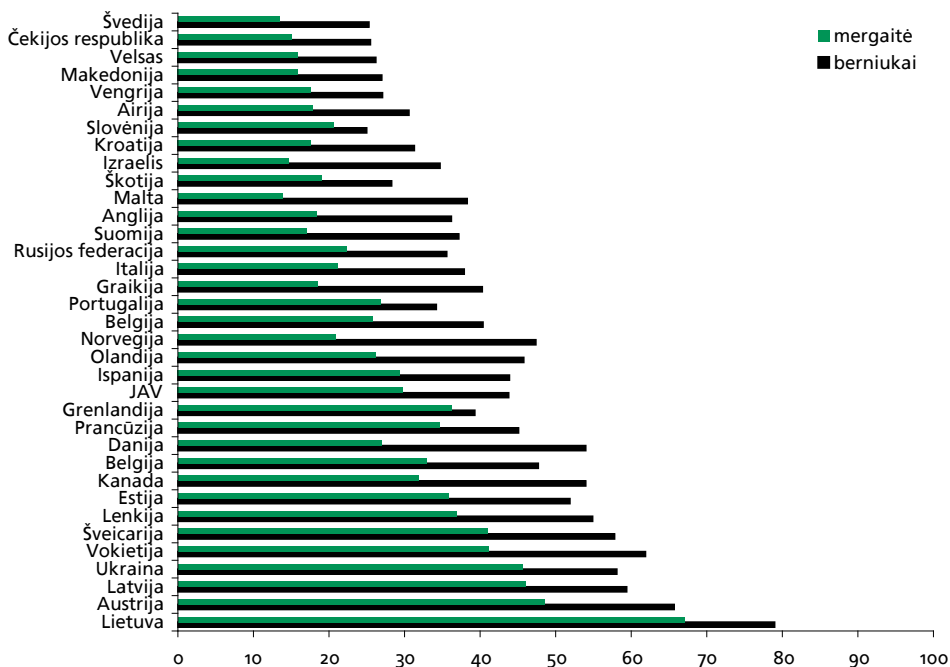
4.2 Pav. 13 metų vaikai, patyrę patyčias bent kartą per pastaruosius 2 mėnesius (%).



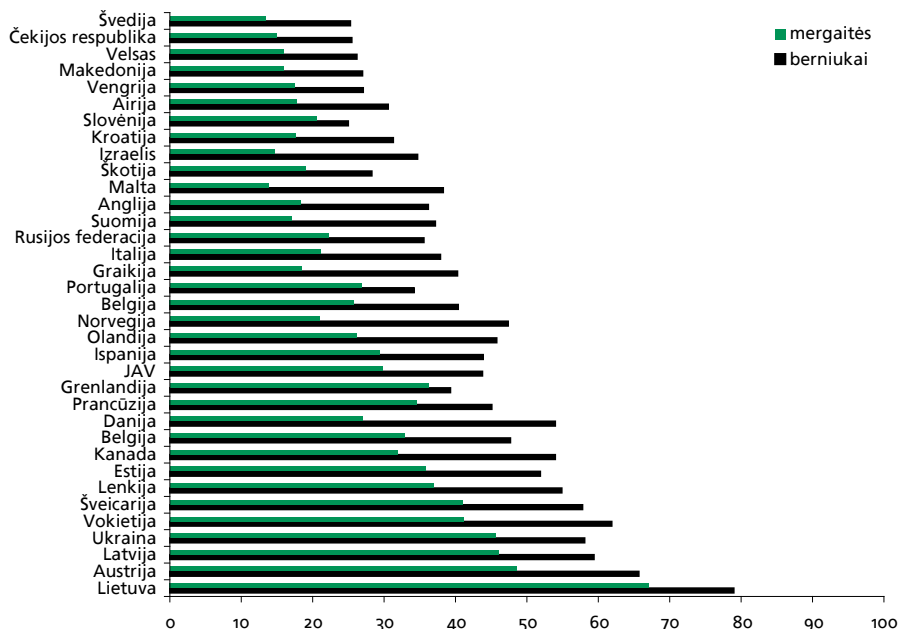
4.3 Pav. 15 metų vaikai, patyrę patyčias bent kartą per pastaruosius 2 mėnesius (%).



5.1 Pav. 11 metų vaikai, per pastaruosius 2 mėnesius bent kartą tyčiojėsi iš kitų mokinių (%).



5.2 Pav. 13 metų vaikai, per pastaruosius 2 mėnesius bent kartą tyčiojėsi iš kitų mokinių (%).



5.3 Pav. 15 metų vaikai, per pastaruosius 2 mėnesius bent kartą tyčiojęsi iš kitų mokinių (%).

Kartais yra abejojama šio tyrimo rezultatais ir nenorima tikėti, kad Lietuvoje patyčių paplitimas yra toks didelis, tačiau panašų patyčių dažnumą nustato ir kiti tyrimai [19, 26, 27]. 2003 m. buvo daryti bent du tyrimai – tyčiojimosi dažnumas tarp ketvirtų, penktų ir devintų klasių moksleivių buvo tirtas Panevėžio miesto ir rajono [26], Vilniaus ir Alytaus mokyklose [27]. Šių tyrimų rezultatai atskleidžia, kad bendraamžių tyčiojimasi bent kartą yra patyrę maždaug 2/3 moksleivių (70%). Kas ketvirtas moksleivis (nuo 23% iki 27%) per pastaruosius 2-3 mėn. patyrė bendraamžių priekabiavimą bent kartą per savaitę. Klausiami, ar patys tyčiojasi iš kitų moksleivių, apie 60% tyrime dalyvavusių vaikų prisipažino, kad retkarčiais tyčiojasi iš savo bendraamžių, o apie 17% moksleivių prisipažino, kad taip elgiasi bent kartą per savaitę ar dažniau.

Patyčios vyksta tiek tarp berniukų, tiek tarp mergaičių. Kai kuriuose tyrimuose nustatoma, kad daugiau tyčiojasi iš bendraamžių ir patiria patyčias berniukai nei mergaitės. Kiti tyrinėtojai nemato ryškių skirtumų tarp berniukų ir mergaičių. Skirtumai tyrinėjant patyčių paplitimą tarp berniukų ir tarp mergaičių yra aptinkami tik pagal labiausiai paplitusias patyčių formas. Pastebėta, kad berniukams dažniau yra būdingos fizinės, tiesioginės patyčių formos, kaip stumdymas, mušimas ir pan., o mergaitės dažniau linkusios taikyti ir dažniau kenčia nuo netiesioginių ir verbalinių patyčių – apkalbinėjimo, ignravimo.

Kalbant apie patyčių paplitimą tarp skirtingo amžiaus vaikų, svarbu būtų paminėti, kad amžius, kuriame daugiausiai vaikai patiria patyčių būdami 11-12 metų. Taip pat yra aišku, kad patyčių aukomis dažniausiai tampa bendraamžiai ar jaunesni vaikai nei skriaudėjai. Be to, pastebima tendencija, kad didėjant amžiui, daugiau vaikų patys tampa aktyvūs skriaudėjai. D. Valickaitės atliktame tyrime [26] pastebėta, kad penktokai moksleiviai dažniau nei devintokai kenčia nuo kitų moksleivių tyčiojimosi. Tyrimo duomenimis dažną tyčiojimasi patiria 26,6% penktokų ir 19,4% devintokų. Tuo tarpu devintokai beveik 3 kartus dažniau patys kabinėjasi prie kitų moksleivių – 24,4% devintokų ir 9,3% penktokų dažnai tyčiojasi iš kitų vaikų (bent kartą per savaitę).

Besityčiojantys iš kitų ir patiriantys patyčias vaikai nėra visiškai atskiros grupės, nes didelė dalis vaikų tiek patiria patyčias, tiek patys tyčiojasi iš kitų. Susidaro įspūdis, kad yra susiformavusi tam tikra patyčių kultūra. Paradoksalu, bet tai, kas yra akivaizdžiai nenormalu Švedijoje, yra tapę bendravimo norma Lietuvoje. Jeigu Švedijoje sunkiau būtų surasti vaiką, kuris patyrė patyčias, tai Lietuvoje reikėtų pasistengti surasti vaiką, kuris patyčių nepatyrė.

Visuomenės sveikatos srityje, jeigu 100 iš 10 000 žmonių (tai sudaro 1 proc.) suserga tam tikra liga, gali būti skelbiama epidemija ir imtasi ypatingai skubių veiksmų jai įveikti. Skandinavijos šalys jau seniai yra įvardijusios patyčių reiškinį kaip itin rimtą problemą ir pradėjusios taikyti įvairias prevencines programas, siekdamos sumažinti patyčių mastą. Pavyzdžiui, Norvegijos karalius ir Ministras pirmininkas savo naujametinėje kalboje [24] įvardija patyčias kaip vieną aktualiausių problemų ir įsipareigoja šią problemą spręsti aukščiausiu lygiu. Matydami milžinišką patyčių paplitimą Lietuvoje, pastebime, kad jis 70 kartų viršija epidemijos slenkstį.

! PATYČIOS YRA PASIEKUSIOS TOKĮ MASTĄ, KAD GALIMA PRADĖTI KALBĖTI APIE ĮSIGALĖJUSIĄ PATYČIŲ KULTŪRĄ.

Šalys, kurios jau daug metų vykdo patyčių prevencines programas, turi sukaupusios daug patirties ir turi įrodymų, kad šios programos yra efektyvios. Skirtingų autorių duomenimis patyčių prevencinių programų efektyvumas svyruoja nuo 20 iki 80 proc. [16, 22] Deja, nei viena iš šių programų nėra sistemingai taikoma Lietuvoje.

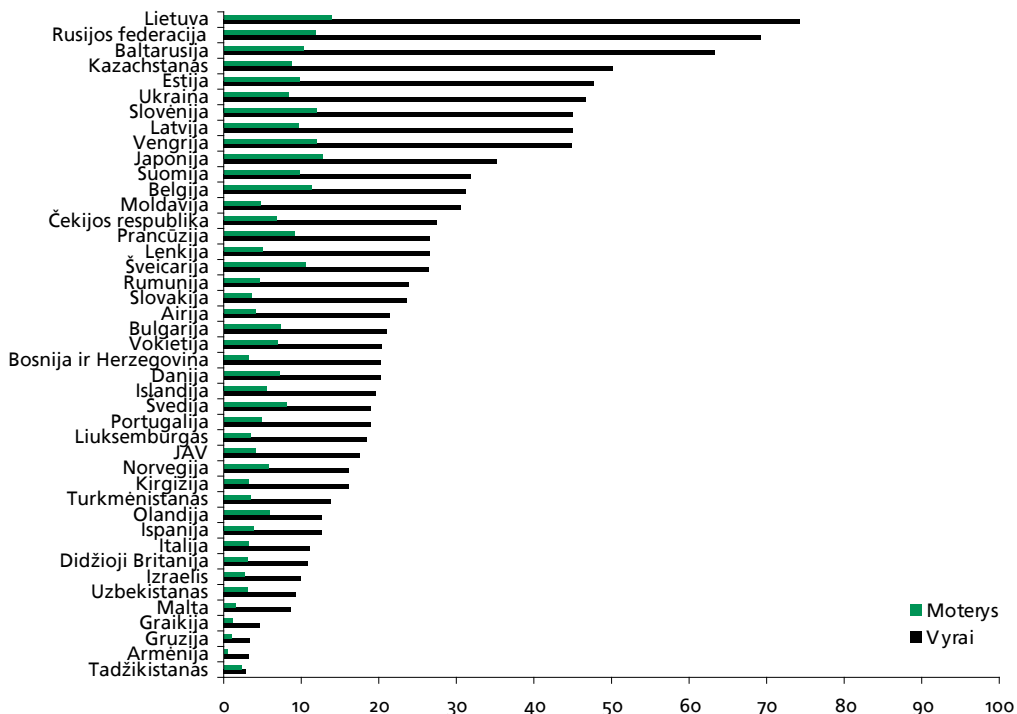
Atrodo, kad kitą žeminantis elgesys yra tapęs norma ne tik vaikams, bet, deja, ir nėra suvokiamas kaip visos visuomenės problema.

Panašu, kad patyčių problema pradedama pripažinti Lietuvoje ir ieškoma būdų efektyviai ją spręsti. 2007 m. vyko keletas renginių, inicijuotų LR Prezidento, Seimo Švietimo mokslo ir kultūros komiteto. LR Ministro pirmininko iniciatyva buvo sudaryta darbo grupė, siūlymų dėl smurto prevencijos mokykloje parengimui.

PATYČIOS IR KITOS AGRESIJOS FORMOS

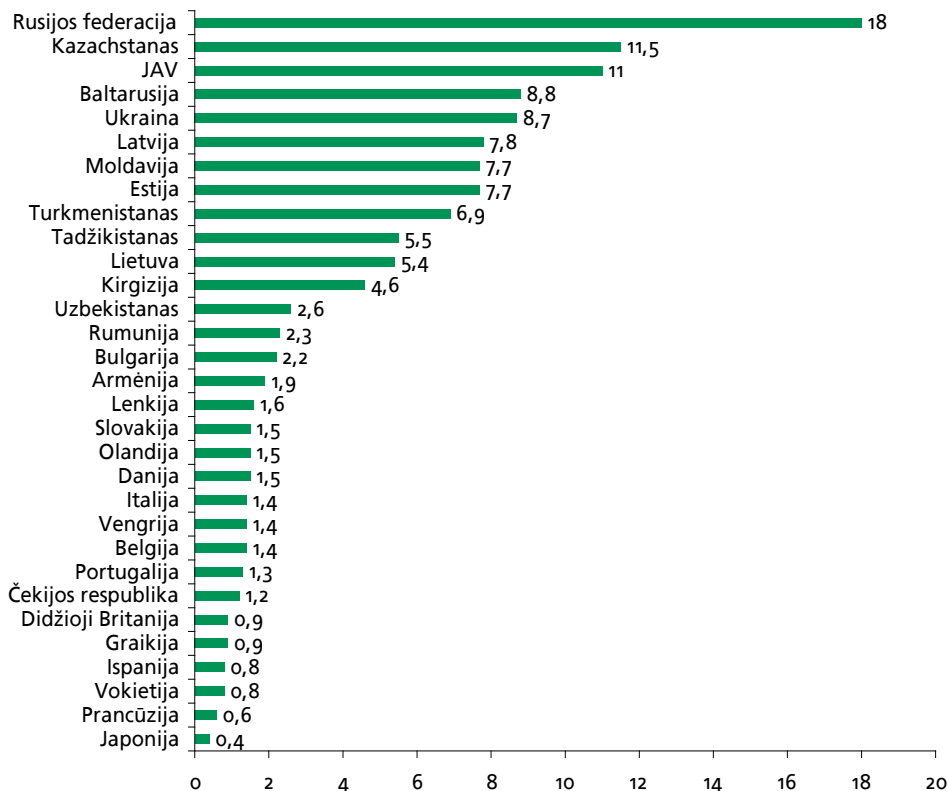
Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Patyčios yra agresijos forma. Nejmanoma kalbėti apie patyčias jas izoliuojant nuo kitų agresijos apraiškų. Pasaulinė sveikatos organizacija savo metiniame pranešime „Smurtas ir sveikata“ [30] aprašo įvairiausias agresijos formas: savižudybes, žmogžudystes, smurtą šeimoje, seksualinę prievartą, karus ir t.t. Pasirodo, kad Lietuvoje yra labai aukšti ir kiti smurto visuomenėje rodikliai. Pavyzdžiui, savižudybių skaičius Lietuvoje, tenkantis 100 000 gyventojų, yra didžiausias pasaulyje (2004 m. 100000 gyventojų teko 40,2 savižudybių).



6 Pav. Savižudybių skaičius, tenkantis 100 000 gyventojų (PSO, 2001).

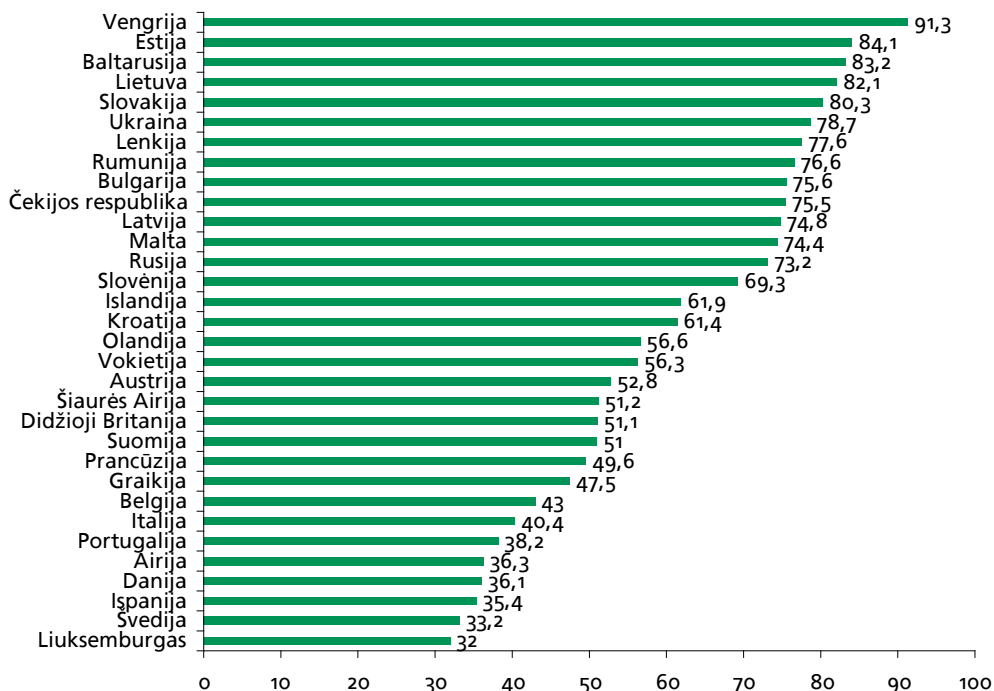
Kitas rodiklis – jaunų (10-29 metų) žmonių nužudymų skaičius yra ženkliai didesnis nei Vakarų Europos šalyse (5,4 nužudymai 100 000 gyventojų).



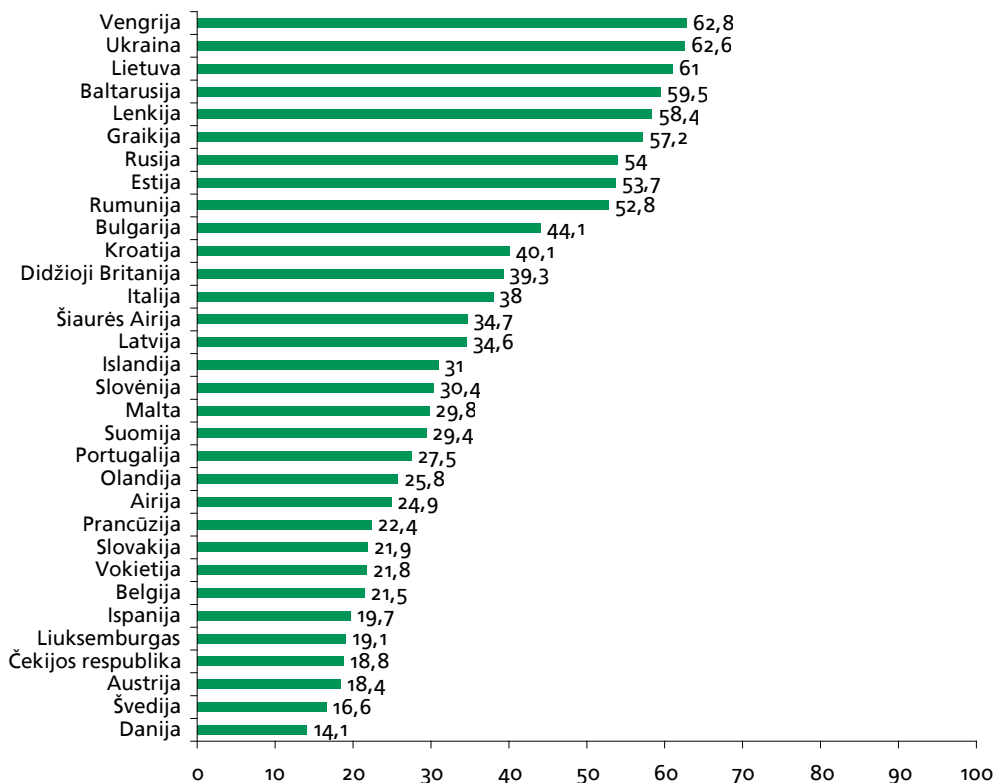
7 Pav. Jaunų (10-29m.) žmonių nužudymų skaičius, tenkantis 100 000 gyventojų (PSO, 2001).

Apie agresiją liudija ir netolerancijos lygis. 1999-2000 m. atliktame Europos vertybių tyrime [23] 32 šalių gyventojai buvo klausinėjami apie įvairiausias nuostatas ir vertybes, apie jų požiūrį į įvairius jų kasdienio gyvenimo dalykus. Dalis klausimų buvo skirti tolerancijai. Žmonių buvo klausama, ar jie toleruotų šalia gyvenančias tam tikras žmonių grupes (alkoholikus, sergančiuosius AIDS, musulmonus, čigonus ir pan.), ar svarbi tolerancija ir supratimas šeimyniniuose santykiuose ir kt. Lietuvos gyventojų atsakymuose išryškėjo didelė netolerancija.

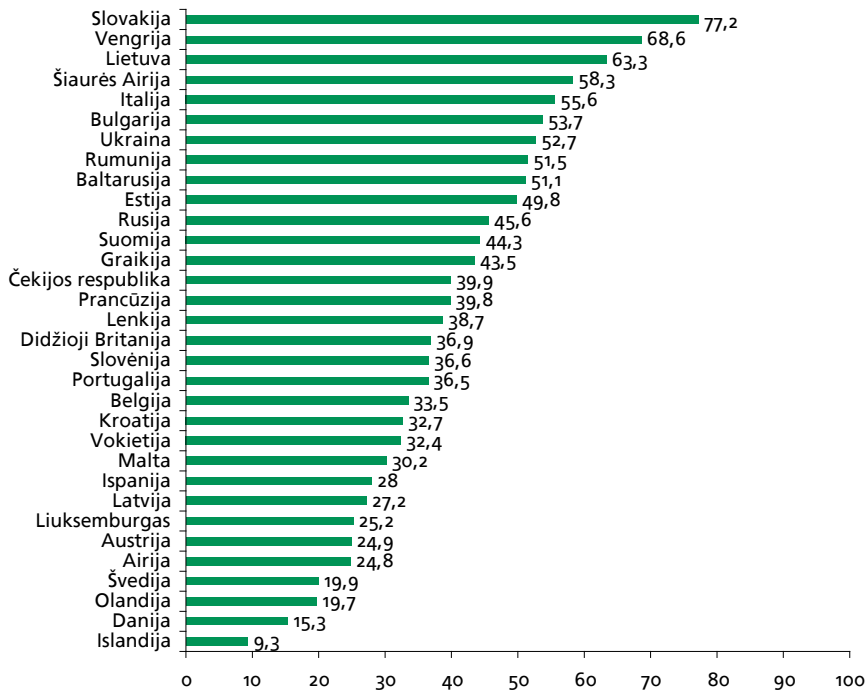
Pateiksime keletą pavyzdžių. 82,1% apklaustųjų Lietuvoje teigė, kad alkoholikai yra nepageidaujami kaimynai, tuo tarpu Liuksemburge taip manančių buvo 32%. 67,6% apklaustųjų lietuvių netoleruotų šalia gyvenančių homoseksualių asmenų, taip manančių švedų buvo 6,1%. 55,1% lietuvių nepageidautų, kad šalia jų gyventų asmenys, sergantys AIDS, Danijoje taip mano 5,8% apklaustųjų. Tokie Lietuvos rodikliai yra vieni didžiausių iš tyrime dalyvavusių 32 šalių. Be to, netolerancija išryškėjo ir kitoms žmonių grupėms – emociškai nestabiliems žmonėms, romų tautybės asmenims.



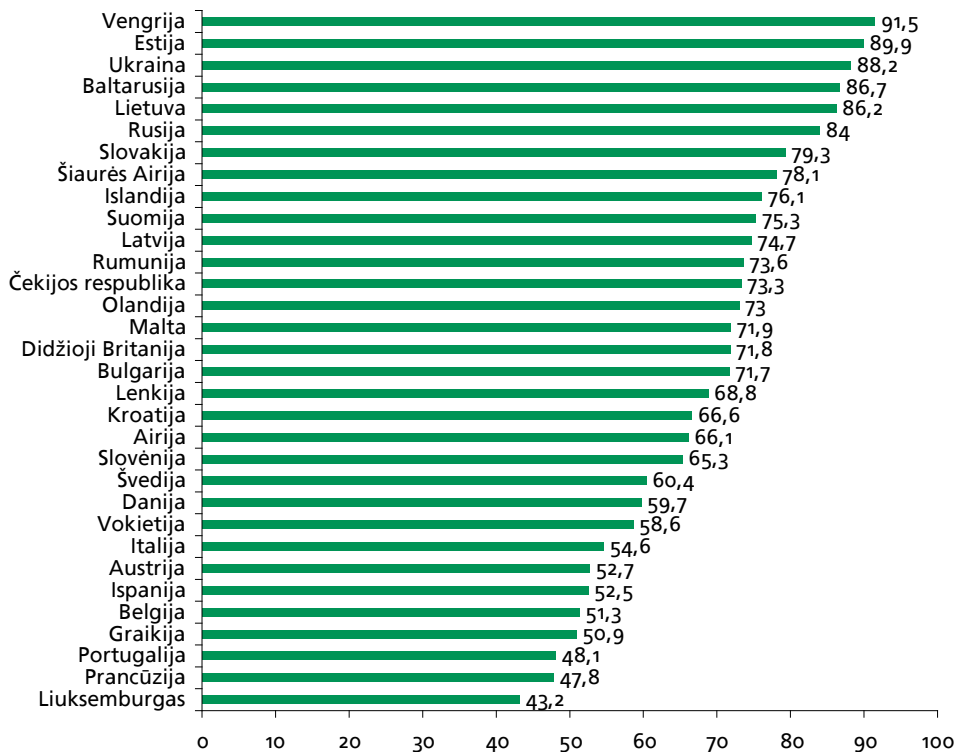
8 Pav. Respondentai, įvardinę alkoholikus kaip nepageidautinus kaimynus (%).



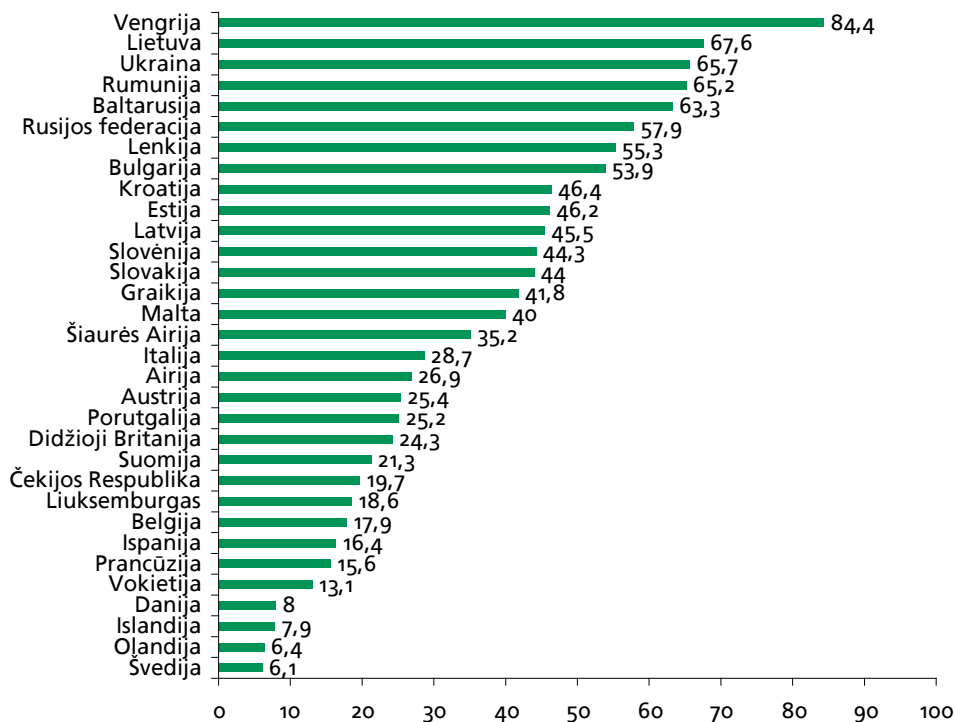
9 Pav. Respondentai, įvardinę emociškai nestabilius asmenis kaip nepageidautinus kaimynus (%).



10 Pav. Respondentai, įvardinę romų tautybės asmenis kaip nepageidautinus kaimynus (%).

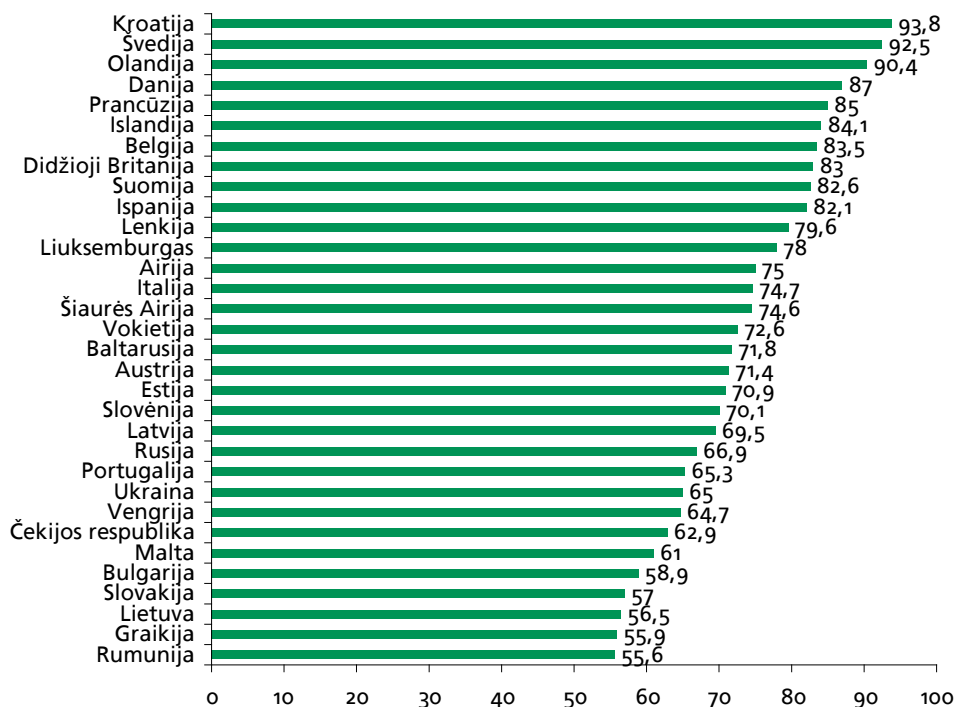


11 Pav. Respondentai, vardinę nuo narkotikų priklausomus asmenis kaip nepageidautinus kaimynus (%).

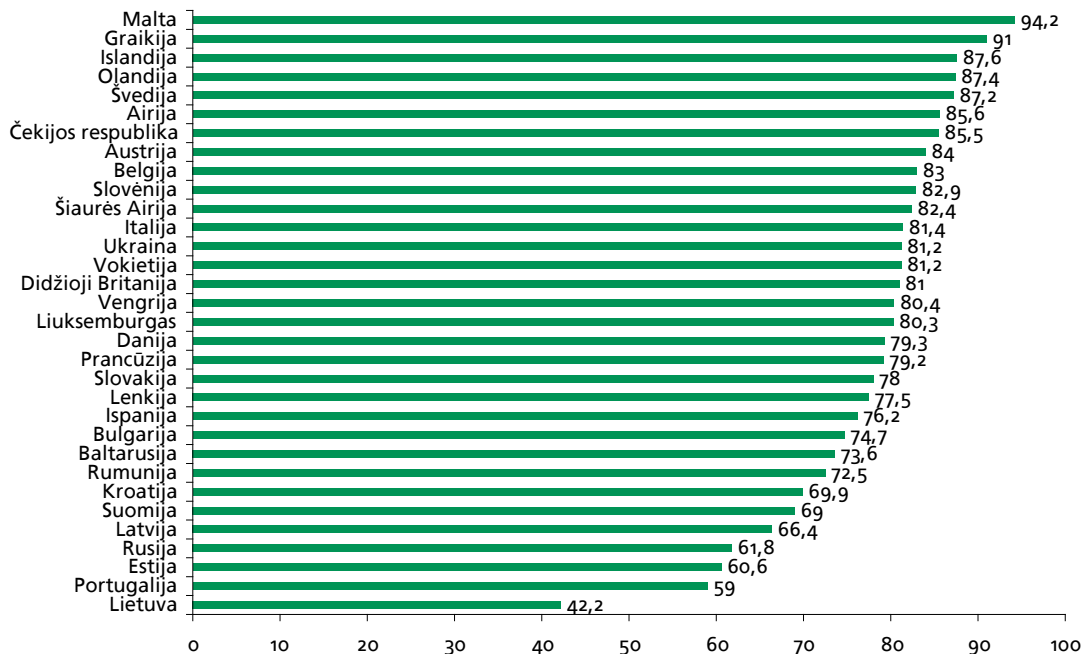


12 Pav. Respondentai, įvardinę homoseksualius asmenis kaip nepageidautinus kaimynus.

56,6% apklaustųjų manė, kad yra labai svarbu šeimoje vaiką mokyti tolerancijos ir pagarbos, o 42,2% manė, kad santuokoje yra labai svarbus supratimas ir tolerancija. Pagal šiuos rodiklius Lietuva atsidūrė vienoje paskutiniųjų vietų.



13 Pav. Respondentai, įvardinę, kad vaikas būtina turi išmokti šeimoje tolerancijos ir pagarbos (%).



14 Pav. Respondentai, įvardinę, kad santuokoje labai svarbu supratimas ir tolerancija (%).

Kaip matome iš šio tyrimo, Lietuvoje yra daug netolerancijos ir yra mažai galvojančių, kad tolerancija yra svarbi vertybė šeimyniniuose santykiuose ir vaikų auklėjime. Netolerantiškoje visuomenėje yra žymiai didesnė smurto tikimybė. Vaikai, augdami aplinkoje, kurioje daug neapykantos, išmoksta neapkęsti, todėl pasireiškia įvairios agresijos formos.

KLADINGOS VISUOMENĖS NUOSTATOS APIE PATYČIAS

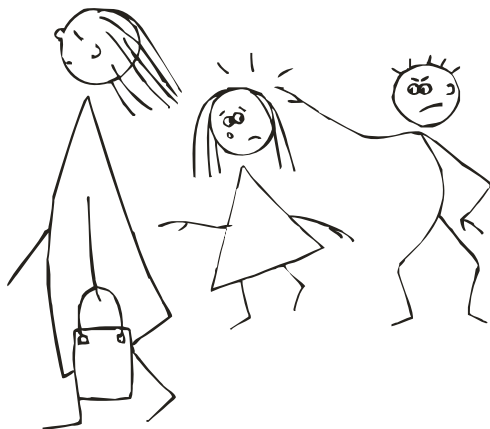
Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

PATYČIOS: MITAI IR TIKROVĖ

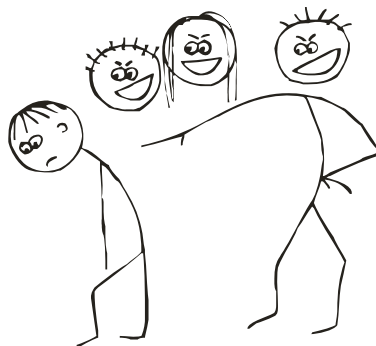
Visuomenė apie patyčias mano įvairiai. Paplitusius klaidingus įsitikinimus galime vadinti mitais. Patyčių prevencijoje yra svarbu tuos mitus atpažinti ir mėginti juos keisti. Aptarkime svarbiausias nuostatas.

MITAS. Vaikai yra vaikai! Juk jie tik juokais užkabinėja vieni kitus.

TIKROVĖ. Kartais patyčios yra painiojamos su humoru, pajuokavimu, tačiau tai yra skirtingi dalykai. Patyčias nuo humoro skiria tai, kad tas, iš kurio tyčiojamas, jaučiasi blogai, ir juokinga gali būti tik tiems, kurie tyčiojasi, ar patyčias stebintiems vaikams.



Ar tai panašu į humorą?..

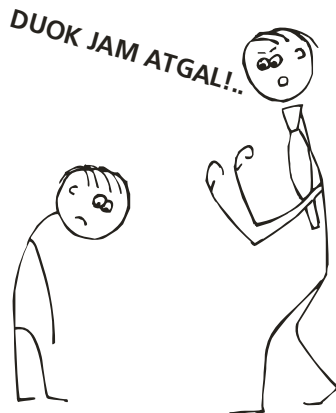


MITAS. Laikui bėgant vaikai išaugs ir tyčiojimasis liausis. Tyčiojimasis yra natūralus bręstančių vaikų elgesys, todėl jį neverta kreipti ypatingo dėmesio.

TIKROVĖ. Tyčiojasi tiek vaikai, tiek suaugę mokykloje, darbe, šeimoje. Netiesa, kad tyčiotis nustojama pabaigus mokyklą. D.Olweus atliktas tyrimas [17] rodo, kad 60 proc. berniukų, kurie aktyviai tyčiojosi iš savo bendraamžių vidurinėje mokykloje, iki 24 m. amžiaus padarė bent vieną nusikaltimą, o 35-40 proc. – 3 ir daugiau nusikaltimų. Labai mažai tikėtina, kad patyčios gali liautis savaime. Skirtingi tyrimai rodo, kad patyčias galima sumažinti tik vykdant atitinkamas prevencines programas.

MITAS. Patyčių aukos privalo pačios apsiginti.

TIKROVĖ. Neretai yra galvojama, kad vaikas pats vienas turi susitvarkyti su patyčių problema. Galima sutikti vaikų, kurie iš tiesų „puikiai“ tvarkosi su bendraamžių patyčiomis, sprenddami jas fizine agresija, mušdamiesi ir kitaip kovodami su skriaudėjais. Tačiau toks sprendimo būdas neišsprendžia problemos. Nors neretai tėvai gali skatinti tokį vaikų gynimosi būdą, patardami vaikams „duoti atgal“, kai kas nors prie jų kabinėjasi. Patyčioms yra būdingas nelygiavertis jėgų santykis – patyčių situacijose neretai būna keletas skriaudėjų, besityčiojantys vaikai yra



vyresni bei stipresni. Dėl to apsigynimas tampa neįmanomas. Todėl vaikams, be išorinės pagalbos ir neagresyviais būdais, gali būti sudėtinga sustabdyti patyčias.

MITAS. Tyčiojimasis paliečia tik nedidelį skaičių moksleivių.

TIKROVĖ. Šis teiginys gali būti teisingas Švedijoje. Bet jis yra visiškai neteisingas Lietuvoje. Tyčiojimasis paliečia visus vaikus: vieni tyčiojasi iš kitų, kiti – patiria patyčias, treči – stebi tai, kas vyksta. Iš Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO) HBSC tyrimo [31] matyti, kad didelė dalis vaikų Lietuvoje patiria patyčias – beveik 70 proc. Didelė dalis vaikų ir tyčiojasi iš kitų – iki 79 proc. Visi vaikai turi tam tikrą vaidmenį patyčių situacijoje: vieni aktyviai įsitraukia į patyčias, kiti stengiasi laikytis nuošaliai, o kai kurie mėgina apginti skriaudžiamą vaiką.

MITAS. Tyčiojimasis visada buvo ir bus mokyklose. Patyčių masto neįmanoma sumažinti.

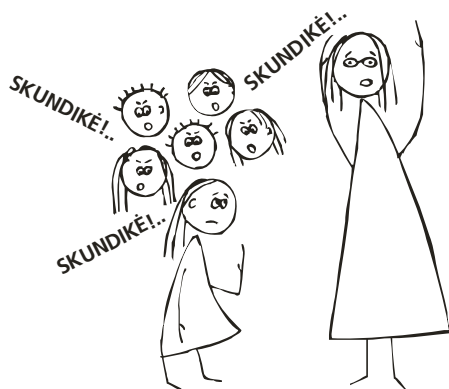
TIKROVĖ. Tyčiojimasis nėra naujai atsiradęs elgesys – patyčios buvo visada. Tačiau jų mastas yra labai skirtingas įvairiose šalyse. Prevencinių programų efektyvumo tyrimai rodo, kad patyčių mastą įmanoma ženkliai sumažinti: D. Britanijoje vykdomų programų metu patyčių mastas buvo sumažintas nuo 20 iki 80 proc. [22], Norvegijoje – iki 50 proc. [17]

MITAS. Kiekvienas vaikas privalo išmokti kovoti už save, todėl tam tikra dozė patyčių nekenkia, o tik padeda sutvirtėti, užsigrūdinti.

TIKROVĖ. Tikrai svarbu, kad vaikas mokėtų save apginti. Bet ar patyčios gali to išmokyti? Panašu, kad tai, ko vaikai tikrai išmoksta iš patyčių – tai agresyvaus bendravimo. Agresyvų elgesį pastiprina ir suaugusiųjų pamokymai: „Duok atgal!“, „Pirmas nepradėk, bet jei lįs prie tavęs, – tai duok taip, kad kitą kartą nelįstų“, ir pan. Tokiu būdu vaikai iš tiesų ginasi, o pagrindinis gynybos būdas – agresyvus elgesys. Tačiau galima mokyti vaikus neagresyviais būdais reaguoti į patyčias. Yra sukurta daug socialinių įgūdžių ugdymo programų, kurios moko vaikus, kaip tvarkytis su savo emocijomis, kaip bendrauti su kitais vaikais, kaip spręsti kylančius konfliktus.



Patyčios nėra ta patirtis, kuri padeda vaikui sutvirtėti ir užsigrūdinti. Galima sakyti priešingai – tyrimai atskleidžia, kad patyčios gali palikti daug įvairių trumpalaikių ir ilgalaikių pasekmių vaiko elgesiui, emocinei būsenai, bendravimui.



Jei visuomenėje yra paplitęs šis mitas ir galvojama, kad vaikams yra sveika patirti patyčias, tuomet mažai tikėtina, kad bus imamasi kokių nors veiksmų patyčias sustabdyti. Šis mitas turi labai gilius šaknis mūsų visuomenėje. Sovietinė armija buvo vadinama „gyvenimo“, „vyriškumo“ mokykla. Joje patyčios buvo tapusios kasdienybe, o žiaurūs kankinimai, išbandymai, vyresniųjų pažeminimai jaunesniesiems buvo tapę tradicija. Ši patyčių kultūra turėjo ir specialų pavadinimą – „diedovščina“. Buvo manoma, kad jaunuoliams yra sveika turėti tokios patirties, po kurios jie tampa tvirtesni ir

atsparesni kitoms gyvenimo negandoms.

MITAS. Skųstis, kad iš tavęs tyčiojasi, yra kvaila ir vaikiška.

TIKROVĖ. Tai pakankamai dažna nuostata tiek tarp vaikų, tiek tarp suaugusių. Papasakoti kitiems, kad tave skriaudžia yra blogai, nes tai yra suvokiama, kaip silpnumo požymis, rodantis, jog nemoki pats spręsti problemų. Papasakoti apie muštynes, patyčias taip pat laikoma nepriimtiniu elgesiu ir vadinama „skundimu“. Skundimasis ar skundimas suvokiami kaip netinkamas, netgi smerktinas elgesys. Mažesni vaikai yra daugiau linkę pasakoti apie tai, kad juos kas nors skriaudžia, tačiau ilgainiui jie to pradeda vengti. Todėl nevertėtų stebėtis, jei paauglys neįvardija savo skriaudėjų ar nebendradarbiauja su suaugusiais mėginant išsiaiškinti tarp paauglių įvykusias muštynes, nes jis jau yra išmokęs, kad tokiose situacijose reikia tylėti. Neretai suaugę ir patys vaikui pasako „Nesiskųsk!“, „Tvarkykis pats“, „Kiek gali skųstis?“ ir pan. Apie savo sunkumus vaikai vengia pasakoti ir dėl to, kad baiminasi, jog patyčios gali sustiprėti, bijo ūmių tėvų ar mokytojų reakcijų, kurios gali pabloginti situaciją.

Ši nuostata neleidžia vaikams pasakyti apie patiriamas patyčias, o suaugusiems – sužinoti, kas vyksta tarp vaikų. Siekiant sumažinti patyčių mastą, yra būtina šią nuostatą keisti. Galbūt vertėtų atsisakyti ir paties „skundimo“ termino, mat pakeisti šios sąvokos neigiamą prasmę gali būti sudėtinga. Galima būtų pradėti diegti naują nuostatą: kreiptis pagalbos, papasakoti, kad tave skriaudžia yra labai gerai – tokiu elgesiu vaikas rūpinasi savimi, savo saugumu.

Taip pat svarbu yra diegti nuostatą, kad papasakodami suaugusiems apie stebimas ar stebėtas patyčias vaikai elgiasi teisingai, nes toks elgesys rodo rūpinimąsi savo bendraamžiais, saugumu savo klasėje ir mokykloje. Šią nuostatą įsisaugoninti pirmiausia turėtų suaugusieji – tikėtina, kad tuomet ir vaikai pradės galvoti kitaip. Tada jau galima kurti bendravimo atmosferą, kai vaikai gali drąsiai kreiptis pagalbos, nebijo informuoti suaugusiųjų apie vykstantį smurtą. Tai yra labai svarbi sąlyga mažinant patyčių mastą.



MITAS. Patyčių aukoms reikia padėti, o skriaudėjus reikia griežtai bausti.

TIKROVĖ. Ši nuostata yra labai dažna ne tik patyčių, bet ir kitokio netinkamo vaikų elgesio atvejais. Tradiciškai yra manoma, kad smurtą įveikti galima tinkamai baudžiant skriaudėjus. Ši itin paplitusi nuostata yra labai klaidinga. Pagalbą reikia suteikti tiek aukai, tiek skriaudėjui, kurį būtina mokyti neagresyvaus elgesio. Būtų naivu tikėtis, kad išbarus ar nubaudus besityčiojantį vaiką jis pradėtų su bendraamžiais bendrauti draugiškai.

J. Gilligan teigia, kad „žmonija pastaruosius 4 tūkstantmečius bando sustabdyti smurtą ar bent jau sumažinti jo mastą ir intensyvumą, priklijavus jam „blogio“ ir „nusikaltimo“ etiketes, uždraudus žmonėms dalyvauti jame ir naudoti jį, arba prieš šio draudimo pažeidėjus naudojant dar didesnį smurtą, mūsų vadinamą „bausme“ ar „teisingumu“ [8]. Šį požiūrį autorius pavadino tradiciniu teisės ir moralės požiūriu, kuris, jo nuomone, ne tik nesumažino smurto masto, bet atvirkščiai – smurtas ir agresija paplito tiek, kad XX a. tapo kruviniausiu amžiumi žmonijos istorijoje.

MITAS. Fizinis smurtas yra skaudesnis nei šaipymasis žodžiais. Žodis – ne kumštis, juo mėlynių nepaliksi ir žmogaus neužmuši.

TIKROVĖ. Dažnai fizinis veiksmas yra suvokiamas kaip rimtesnis – toks, į kurį jau reikėtų reaguoti. Labai tikėtina, kad mokytojas klasėje reaguos greičiau į smūgį kumščiu, nei į garsiai ištartą pravardę ar į vaiko pažeminimą. Suaugę patys yra linkę nuvertinti verbalinio įžeidinėjimo sukeltą poveikį: „Nekreipk dėmesio, juk tai tik žodžiai“. Tačiau labai sunku vertinti, kas skaudžiau – smūgis kumščiu ar dažnai girdimos patyčios. Neretai žodinės patyčios įsimenamos ilgam, ir suaugę žmonės puikiai atsimena mokykloje turėtas pravardes ir patirtus pažeminimus. Skirtumas tarp fizinio veiksmo ir žodžių yra tas, kad fizinio sužeidimo metu skaudamą vietą yra nesunku rasti ir galima tą skausmą numalšinti įvairiomis priemonėmis. Tuo tarpu žodinių patyčių sukulto skausmo neįmanoma apčiuopti ir sunkiau jį numalšinti.

PATYČIŲ PRIEŽASTYS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Yra įvairių psichologinių teorijų, aiškinančių, kaip kyla individualaus lygio smurtas. Žymiai sunkiau atsakyti į klausimą, kodėl yra labai daug smurto visuomenėje, kodėl vienoje valstybėje yra žymiai daugiau smurto nei kitoje.



J. Gilligan, pristatydamas savo smurto sampratą [8], teigia, kad smurtas kyla dėl gėdos ir pažeminimo jausmo. Žmonės naudoja smurtą siekdami sumažinti šiuos kankinančius jausmus. Pagal J. Gilligan, gėda apima visą spektrą jausmų: kad esi pažemintas, ignoruojamas, negerbiamas, paniekintas, užgautas, išjuoktas, atstumtas, pralaimėjęs, sužlugdytas, silpnas. Visi šie jausmai iš esmės verčia žmogų pasijausti menkaverčiam. O tai yra galingas agresyvaus elgesio motyvas. Todėl vienas iš efektyviausių būdų paskatinti žmogų elgtis agresyviai – tai jį pažeminti ar įžeisti.

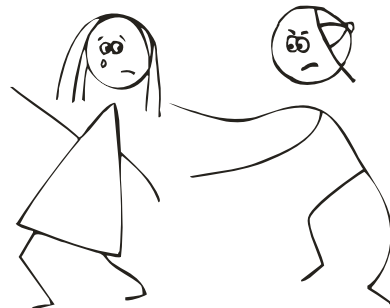
J. Douglas'o, dirbusio FTB psichoanalitiku (JAV) ir tyrinėjusio pavojingiausių nusikaltėlių motyvus, teigimu, [8] smurtas yra „giliai įsišaknijusio nepilnavertiškumo jausmo rezultatas“. Žmonės, siekdami sumažinti, kompensuoti savigarbos trūkumą, imasi „paprasčiausių būdų – smurto, agresijos, kurie padeda sulaukti pagarbos“. Dažnas už žmogžudystę nuteistas asmuo nužudymo motyvą aiškina tuo, kad nužudytas asmuo jo negerbė ar jį pažemino.

Žmonės, kuriuos vaikystėje žemino tėvai, bendraamžiai, dažniausiai labai jautrūs gėdai. Kyla klausimas, kodėl ne visi patyrę pažeminimą, puola smurtauti? J. Gilligan aiškina, kad gėda yra būtina, bet jos nepakanka smurtui atsirasti. Kaip ir gripo atveju – vos ne kiekvienas susiduriam su gripo sukėlėjais, tačiau ne visi susergam.

Kaip teigia autorius, yra dvi būtinos sąlygos smurtui atsirasti:

- žmogus neturi tokių jausmų kaip užuojauta, baimė dėl pasekmių, kaltė, kurie jį sulaikytų nuo smurto;
- žmogus nežino kitų, nesmurtinių, būdų, kaip atgauti savigarbą.

Įvairūs kiti veiksniai patys savaime nesukelia smurto ar agresijos. Tokio veiksnio pavyzdys gali būti skurdas – agresija kyla tik tada, kai skurdas yra tam tikras pažeminimas. Visuomenėje, kurioje visi žmonės turi panašias materialines galimybes ir nėra didelio skirtumo tarp turtingųjų ir skurstančiųjų, vargingiau gyvenantis žmogus nesijaus pažemintas ar priklausantis žemesnei kastai. Tuo tarpu visuomenėje, kurioje darbas, pinigai yra milžiniška vertybė, skurdžiau gyvenantis ar neturintis darbo žmogus tikrai jausis menkavertis. Ir smurtas gali tapti „įrankiu kovoje dėl pagarbos bei materialinės padėties“ [8].



Į patyčių reiškinių mes taip pat galime žiūrėti per šios smurto teorijos prizmę. Didelė dalis vaikų, kurie tyčiojasi iš kitų, yra patys patyrę ar iki šiol patiria patyčias, pažeminimą – galbūt šeimoje ar tarp bendraamžių. Todėl labai suprantamas jų noras pasijausti vertingais, gerbiamais, stipriems. Kito pažeminimas padeda vaikui pasijusti stipresniam, vertingesniam.

Kodėl tiek daug vaikų nori įrodyti, kad jie yra vertingi? Iš dalies tai yra susiję su tėvų taikomu auklėjimu. Šeimose vaikai neretai barami už netinkamą elgesį. Žymiai rečiau jie sulaukia pagyrimų, pasidžiaugimų už gerus rezultatus. Daug paprasčiau yra pastebėti, ką vaikas blogai daro, kuo nusikalto ar ko neišmoko. Todėl kartais idėja, kad vaikų nereikia mušti, atrodo tarsi iš Marso ir kartais sulaukia tokių reakcijų, kaip „niekas nemuštas neužaugo“, „negi dabar leisti vaikui man ant galvos užlipti?“

Vaikai, augdami aplinkoje, kurioje jie gauna per mažai meilės, šilumos, gali pradėti naudoti patyčias kaip būdą įrodyti sau ir kitiems, kad „esu kažko vertas“. Ir todėl vaikai, kurie labiau save vertina, žymiai rečiau įsitraukia į patyčias – tie vaikai geba ir kitais būdais pasiekti, kad juos gerbtų. Vaikams, kurie jaučiasi vertingi ir mylimi, nereikia to įrodinėti nei sau, nei kitiems. Todėl yra žymiai mažesnė tikimybė, kad jie įsitrauks į patyčias.

Šeimos įtaka vaiko agresyvumui ir polinkiui tyčiotis yra labai didelė. Galima išskirti dar keletą veiksnių, didinančių šeimos poveikį vaiko agresyviai elgesiui:

- tvirto prierašumo prie vaikai svarbių asmenų per pirmuosius trejus gyvenimo metus nebuvimas;
- vaiko poreikių ignoravimas, suaugusiųjų priežiūros stoka;
- palankus šeimos požiūris į agresyvų elgesį [28].

FIZINIŲ BAUSMIŲ ĮTAKA

1979 m. Švedija tapo pirmąja valstybe, uždraudusia suaugusiems vaikus bausti fizinėmis bausmėmis. Per 20 metų dėl tokio sprendimo įvyko dideli pokyčiai visuomenėje: žymiai sumažėjo vaikų, patiriančių fizines bausmes – nuo 50 proc. iki 10 proc. 1980 m., 2000 m. – taip pat stipriai sumažėjo skaičius žmonių, palankiai vertinančių fizines bausmes vaikų auklėjime – 2000 m. tik 6 proc. jaunesnių nei 35 m. amžiaus žmonių palankiai vertino fizines bausmes, taikomas auklėjant vaikus [4].

2003 m. Švedijos pavyzdžiu pasekė dar 6 valstybės: Austrija, Danija, Vokietija, Suomija, Norvegija ir Islandija. Kitose šalyse iki šiol suaugusiems yra leidžiama vaikus auklėti taikant fizines bausmes: antausius, mušimą liniuote, diržu, kitais daiktais. Toks pats fizinis veiksmas prieš suaugusįjį baudžiamajame kodekse yra traktuojamas kaip nusikaltimai žmogaus sveikatai ir gali būti baudžiami įstatymo numatyta tvarka.

Šiuolaikinės psichologijos požiūriu, būtų visiškai klaidingas teiginys, kad vaiką galima išmokyti nesmurtauti jam taikant fizines bausmes. Priešingai, fizinių bausmių naudojimas vaikus moko, kad smurtinis, agresyvus elgesys yra priimtinas siekiant kitų pagarbos ar pelnyti autoritetą. Pats bausmės taikymas jau yra pažeminimas, kuomet yra aiškiai parodoma, kas yra viršesnis ir kas turi paklusti.

Galbūt neatsitiktinai daugiau kaip 90 proc. pasaulyje įvykdomų nužudymų, kūno sužalojimų ir išžaginių įvykdo jauni, 14–31 m. amžiaus žmonės. Jauni žmonės, jausdami pagarbos stoką, ją mėgina įgyti destruktiviomis priemonėmis.

VYRIŠKUMAS IR SMURTAS

Mūsų patriarchalinėje visuomenėje vyrai yra skatinami naudoti smurtą įvairiose situacijose: kare, apginant savo garbę, sporte ir t.t. Graikų ir lotynų kalbose žodžiai, reiškiantys vyriškumą, taip pat reiškia ir drąsą: lotyniškai – „virtus“, graikiškai – „andreia“. Vienas gėdingiausių įžeidimų vyrui – suabejoti jo drąsa. Galima labai įžeisti vyrą, pavadinus jį „lepšiu“, „lepūnėliu“, „mamyčiuku“, „bailiu“. Kalėjimuose vykstantis vyrų prievartavimas simboliškai reiškia jų pavertimą moterimis – ir tai yra viena didžiausių gėdų. Tam tikrose situacijose ir vietose, pavyzdžiui, kariuomenėje, vyras būtinai turi būti agresyvus, kitaip jis gali būti nubaustas – kartais net mirtimi (pvz., kariuomenėje dezertyrus nušauna ar kitaip žiauriai nubaudžia).

Aptarkime dar vieną reiškinį, kuris gali būti smurto šaltinis – homofobija. Homofobija – tai baimė, neapykanta, panieka homoseksualizmui. Vienas didžiausių įžeidimų tikram vyrui – būti pavadintam gėjumi, homoseksualu, pederastu. Agresija prieš homoseksualius asmenis – tai vyriškumo gynyba, tuo bandant išsklaidyti bet kokį įtarimą, kad gali būti homoseksualus. Baimė gali būti tokia didelė, kad, pvz., kalėjime „dauguma kalinių žagintojų nužudytų bet ką, kas vien pagalvotų, jog jie žagina kitus dėl to, kad patys yra gėjai“ [8].

INDIVIDUALŪS IR MOKYKLOS VEIKSNIAI

Individualiame lyggyje galima išskirti tam tikrus asmenybinius bruožus, kurie sudaro palankias sąlygas tapti patyčių auka ar skriaudėju. Pastebima, kad skriaudėjai dažniau būna impulsyvaus temperamento vaikai, rečiau jaučiantys kaltę, pasižymintys empatijos stoka, dažniau fiziškai stipresni ar agresyvesni, turintys didesnę valdžios poreikį. Tačiau tai, koku mastu klasėje ar mokykloje pasireišk patyčios, labiausiai priklauso nuo aplinkos veiksnių – mokyklos klimato, tvarkymosi su agresyviu elgesiu būdų.

Palankias sąlygas priekabiaujančio elgesio formavimuisi sudaro šie veiksniai:

- didesnis dėmesys neigiamam vaikų elgesiui, nei teigiamam;
- suaugusiųjų priežiūros stoka;
- mokytojų tyčiojimasis, gėdinimas, grasinimai siekiant suvaldyti klasę;
- mokytojų nuostata, kad patyčios – nieko blogo;
- vyraujantys klaidingi įsitikinimai apie patyčias – tiek tarp suaugusiųjų, tiek tarp vaikų.

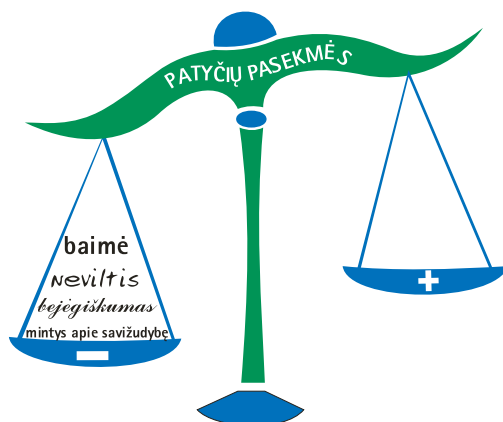
! ABSURDIŠKA YRA KALTINTI SKRIAUDŽIAMĄ VAIKĄ, KAD JIS NETIKĖS IR YRA KALTAS DĖL PATYČIŲ, NES NEMOKA APSIGINTI.

PATYČIŲ PASEKMĖS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Yra daug įvairių tyrimų apie tai, kokios yra patyčių pasekmės. Galima išskirti pasekmes aukai, skriaudėjui ir mokyklos psichologiniam klimatui. Yra paplitusi klaidinga nuostata, kad patyčios gali padėti vaikui išmokti tinkamų socialinių įgūdžių, nuo patyčių vaikas stiprėja, tampa drąsesnis. Kaip rodo įvairūs tyrimai – patyčių poveikis yra neigiamas. Kiek neigiamų pasekmių sukels tyčiojimas, labai priklauso nuo suaugusiųjų reakcijos į šį reiškinį, nuo jų palaikymo ir pagalbos. Patyčios yra kaip rizikos veiksnys įvairiausioms psichikos sveikatos ir elgesio problemoms atsirasti. Ir tik veikiant apsauginiams veiksniams – tai gali būti šeimos palaikymas, geri socialiniai įgūdžiai, mokytojų parama – galime tikėtis, kad patyčių pasekmės nebus labai skaudžios. Tai, kad suaugęs žmogus nejaučia rimtų vaikystėje patirtų patyčių pasekmių, visiškai nereiškia, kad patyčios neturi neigiamo poveikio – tai veikia reškia to žmogaus psichologinį atsparumą, kuris atsvėrė patyčių keliamus neigiamus efektus.

! PATYČIOS NETURI TEIGIAMŲ PASEKMIŲ.



PASEKMĖS AUKAI

- Vaikai, kenčiantys nuo patyčių, dažnai jaučiasi nesaugūs, išgyvena nerimą. Ilgalaiskis nerimas ir baimės būseną yra labai didelis rizikos veiksnys atsirasti kitiems sutrikimams – depresijai, nerimo sutrikimams ir pan.
- Vaikai, iš kurių tyčiojamasi, dažniau jaučiasi liūdni, prislėgti, nepasitikintys savimi, prasčiau save vertina. Jie gali jaustis bejėgiai, galvoti, kad neįmanoma pakeisti situacijos ir sustabdyti patyčių.
- Kartais vaikams, kurie susiduria su nuolatinėmis bendraamžių patyčiomis, kyla minčių apie savižudybę. Patyčios ir buvo pirmą kartą įvardytos kaip problema nusižudžius 3 paaugliams Norvegijoje ir paaiškėjus, kad viena galimų priežasčių buvo nuolatinės bendraamžių priekabės. Vaikams kylančios mintys apie savižudybę rodo kylantį beviltiškumą, negalėjimą išvengti patyčių situacijų ir didelį pagalbos poreikį [16].
- Viena iš galimų pasekmių – tai įvairūs psichosomatiniai simptomai: galvos, pilvo

skausmai, pykinimas, miego, apetito sutrikimai.

- Tyčiojimas gali būti viena iš priežasčių, dėl kurios vaikas gali vengti mokyklos, nelankyti pamokų, gali prastėti vaiko dėmesingumas, jo mokykliniai pasiekimai, vaikui gali būti sunkiau mokytis.
- Išmoktas bejėgiškumas – tai yra dar viena iš pasekmių, kurias sukelia sistemingai patiriamos priekabės. Vaikas, nuolatos patirdamas patyčias ir negalėdamas jų sustabdyti, įsisamonina, kad jis yra bejėgis pakeisti situaciją ir dėl to nuleidžia rankas ir nebesiima jokių veiksmų, kad save apgintų ar surastų sau pagalbą. Būtent dėl išmokto bejėgiškumo padėti jam pasitikėti savimi ir kitais ir tuo, kad įmanoma situaciją pakeisti, kad įmanoma sumažinti patyčias, gali būti labai sunku.
- Smurtinis reagavimas į skriaudėjus yra vienas iš būdų, kurį renkasi patyčias patiriantys vaikai, siekdami jas sustabdyti. JAV slapųjų tarnybų Grėsmių įvertinimo centras nustatė, kad 2/3 susišaudymų mokyklose yra aukų kerštas jų skriaudėjams [21]. Atrodytų, kad tokia nukentėjusių vaikų reakcija yra neadekvati, bet tai tik yra elgesys, kylantis iš beviltiškumo ir nežinojimo, kaip reaguoti. Tai parodo vaikų, kenčiančių nuo patyčių bejėgiškumą – vaikai tarytum nebemato kitų būdų, kaip sustabdyti patyčias.

! AGRESYVI REAKCIJA Į PATYČIAS RODO, KAD VAIKAI NEŽINO KITŲ BŪDŲ, KAIP JAS SUSTABDYTI.

PASEKMĖS SKRIAUDĖJAMS

Patyčios ilgainiui gali peraugti į kitokį agresyvų ar socialiai nepageidautiną elgesį vyresniame amžiuje. D.Olweus duomenimis [17], 60 proc. berniukų, kurie aktyviai tyčiojosi iš savo bendraamžių vidurinėje mokykloje, iki 24 m. amžiaus padarė bent vieną nusikaltimą, o 35-40 proc. – 3 ir daugiau nusikaltimų.

PASEKMĖS MOKYKLOS PSICHOLOGINIAM KLIMATUI

Patyčių mastas mokykloje gali daryti įtaką moksleivių ir mokytojų saugumo jausmui. Mokykloje, kur dažnai tyčiojama, mokiniai jausis nesaugūs, mažiau patenkinti mokyklos gyvenimu. Be to, patyčios veikia visus vaikus – ne tik tuos, kurie įsitraukia į patyčias ar patiria jas, bet ir stebėtojus. Jei mokiniai mato, kad nereaguojama į tyčiojimąsi arba jam netgi pritariama, tuomet formuojasi nuostata, kad toks elgesys yra tinkamas ir priimtinas. Ilgainiui tokia nuostata gali didinti patyčių mastą ir kurti mažiau saugią atmosferą.

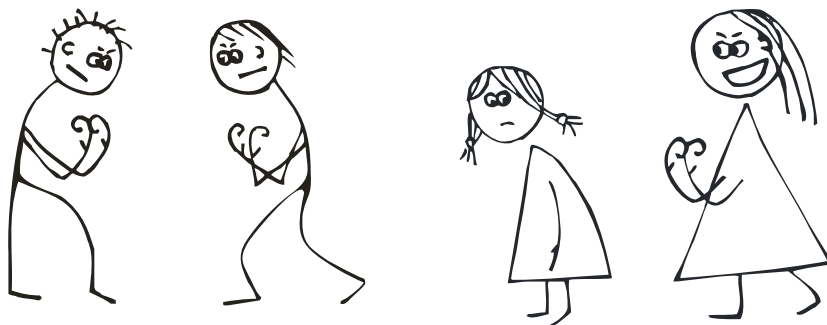
Tokioje situacijoje vertybių sistema tampa labai iškreipta: nevertinama tolerancija, pagalba kitam, draugiškumas, pagarba. Tuo tarpu tyčiojimas tampa tokiu elgesiu, kuris leidžia vaikams tapti lyderiais, užimti aukštą statusą klasėje, būti vertinamiems ir gerbiamiems. Tokia vertybių transformacija turėtų mums kelti didelį susirūpinimą.

PATYČIOS IR KONFLIKTAI

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Konfliktas yra normali bendravimo dalis. Konfliktoja ir vaikai, ir suaugę. Gerą psichikos sveikatą rodytų tai, kad žmogus moka konstruktyviai spręsti konfliktus.

Paviršutiniškai žvelgiant galima galvoti, kad ir patyčių, ir konflikto atveju vaikai pykstasi. Tačiau konfliktai ir patyčios yra skirtingi reiškiniai.



Konfliktas

Natūrali ir neišvengiama bendravimo dalis.

Siekama išmokyti žmones valdyti ir konstruktyviai spręsti konfliktus.

Sėkmingas konfliktų sprendimas didina vaikų socialinę kompetenciją.

Konflikto esmė – skirtingi abiejų pusių tikslai, jų susikirtimas.

Konfliktas gali būti sprendžiamas derybomis, ieškant kompromiso ar abiem pusėm priimtino sprendimo.

Konfliktai yra atsitiktiniai: vyksta retsykiais, kai atsiranda konflikto priežastis.

Konfliktas abiem pusėm yra nemalonus ir jo išsprendimas atneša palengvėjimą.

Patyčios

Socialiai nepageidaujamas reiškinys.

Siekama, kad patyčių neliktų ar jų būtų kuo mažiau. Sunku tikėtis, kad patyčios visai išnyktų, tačiau akivaizdu, kad reikia siekti, jog jų būtų kuo mažiau.

Patyčios nemoko tinkamų socialinių įgūdžių. Priešingai – jos vyksta dėl socialinės kompetencijos stokos.

Patyčių tikslas yra kito pažeminimas ir savęs iškėlimas.

Patyčių situacijoje derybos neįmanomos, nes tai yra nelygiaverčiai partneriai.

Patyčios yra sistemingas, pasikartojantis ir neatsitiktinis elgesys.

Patyčios yra nemalonios tik vienai pusei – jas patiriančiam vaikui.

Konfliktas

Konflikcinėje situacijoje jėgos gali būti apylygės.

Konfliktuojančios pusės vertina tarpusavio santykius, pvz., konfliktuojantys neretai būna draugai. Mažai tikėtina, kad tarp mažai bendraujančių vaikų įvyks konfliktas, nes jų interesai rečiau susikerta.

Konflikcinėje situacijoje konfliktuojančios pusės dažniau gali prisiimti atsakomybę už savo veiksmus, pripažinti savo kaltę.

Patyčios

Vienas esminių patyčių reiškinių bruožų yra nelygiavertis jėgų santykis – priekabiauojantis vaikas ar vaikai turi fizinę ar psichologinę jėgų persvarą.

Patyčių situacijoje santykiai nėra vertinami. Sunku įsivaizduoti, kad vaikas, patiriantis patyčias, norės draugauti su savo skriaudėjais. Skriaudėjai paprastai stengiasi ieškoti situacijų, kuomet jie galės tyčiotis iš kito vaiko, o nuskriaustieji stengiasi vengti bet kokio kontakto.

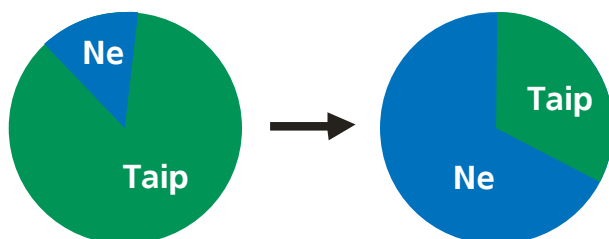
Priekabiauojantys vaikai retai prisipažįsta suklydę ar pasielgę netinkamai, dažniausiai jie įsitikinę, kad auka prisiprašė tokio elgesio.

POŽIŪRIO Į PATYČIAS KEITIMAS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Visuomenės požiūris į agresyvių elgesį ir į patyčias lemia tai, kokius būdus mes pasirenkame agresyvumui mažinti. Jeigu vyraujanti nuostata yra ta, kad patyčios yra normalus elgesys, tai nėra ko tikėtis, kad bus norima ar siekiama pakeisti šį elgesį. Pakankamai normaliu elgesiu yra laikomas toks elgesys, kai dar nėra kraujo praliejimo ar didesnio fizinio smurto. Bet visuomenė stebisi tokiu smurtu, kai sužalojama, naudojami ginklai. Didžioji dali suaugusių mano, kad pliaukštelėjimas per užpakalį vaikui yra tinkamas auklėjimo būdas, kai šis neklauso.

Patyčios yra normalus reiškinys



Peršasi išvada, kad agresyvus elgesys vienos situacijose yra priimtinas, kitose – smerktinas. Tačiau tiek vaikams, tiek suaugusiems nėra aiški riba tarp socialiai priimtinos ir socialiai smerktinos agresijos formų. Pavyzdžiui, vaikui sakoma: „Duok atgal, jei tave skriaudžia“, o kai vaikas „duoda“ – jis gali būti nubaudžiamas už tai, kad muša kitus vaikus. Visuomenėje, kurioje nėra vienaprasmiško požiūrio į fizinę agresiją, galima stebėti situacijas, kai panašus veiksmas gali būti vertinamas priešingai. Kuomet suaugęs auklėja vaiką, jį mušdamas už netinkamą elgesį – jis jaučiasi teisus, tačiau kai vaikas pradeda „auklėti“ savo bendraamžius panašiu būdu, – tai kelia suaugusiųjų nuostabą, kodėl vaikas yra toks agresyvus.

Efektyviai smurto prevencijai yra reikalingos aiškios vertybės. Tikrai vadovaujantis nuostata, kad yra nepriimtinas bet koks agresyvus elgesys, galima sukurti pakankamą pagrindą efektyviai smurto, ir patyčių, prevencijai.

Kalbant apie patyčių prevenciją, yra svarbu teisingai suprasti šio reiškinio esmę, o taip pat pasitikrinti ir, jei reikia, keisti savo nuostatas apie patyčias. Išsamiau nuostatas esame aptarę skyriuje „Klaidingos visuomenės nuostatos apie patyčias“. Tik atsiradus aiškiam supratimui, jog patyčios nėra normalus reiškinys, kad galima sumažinti šio reiškinio mastą, galime pradėti įgyvendinti tam tikras priemones, galinčias padėti mažinti patyčių dažnumą.

! ĮMANOMA SUMAŽINTI PATYČIŲ MASTĄ.

Kartais šios knygelės autorių seminaruose dalyviai prašo pateikti konkrečių receptų, ką daryti su vaiku, terorizuojančiu visą klasę arba ką daryti su užguitu vaiku. Jau pats toks prašymas išreiškia nuostatą, kad problema yra vaikas, ir koreguoti reikia vaiko elgesį. Patyčios plinta, nes tam palanki terpė, tad keisti reikia ne vaiką, o aplinką, kad joje neliktų patyčias skatinančių sąlygų. Pavyzdžiui, jeigu daug vaikų užsikrečia kažkokia

infekcija dėl prasto maisto, yra savaime suprantama, kad vaikus reikia gydyti, tačiau jei jie ir toliau valgys tą patį maistą – jie ir toliau sirgs ta pačia infekcine liga, o blogiausiu atveju – atsiras ir kitų sveikatos komplikacijų. Kol vyrauja klaidingi suaugusiųjų įsitikinimai, jokie receptai nepadės išspręsti patyčių problemos.

Smurto tyrimų ir prevencijos centras (Kolorado valstija, JAV) 1996 m. įvertino 600 smurto prevencijos programų efektyvumą ir nustatė vienuolika pačių efektyviausių programų. Iš jų Lietuvoje yra žinomos 2 programos – „Big Brothers, Big Sisters“ ir Olweus patyčių prevencijos programa. Galima pasidžiaugti, kad šiuo metu Lietuvoje yra adaptuota gyvenimo įgūdžių ugdymo programa (LR švietimo ir mokslo ministerija, parengė L. Bulotaitė, V. Gudžinskienė ir kt.), kuri galėtų būti viena iš priemonių, tinkančių efektyviai smurto prevencijai, o taip pat planuojama Lietuvos mokyklose diegti Olweus patyčių prevencijos programą.

! JEIGU NIEKO NEDAROMA, PROBLEMA PATI NEIŠSISPRENŽIA.

PATYČIŲ PREVENCIJOS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Efektyvios programos, mažinančios patyčių mastą mokyklose, yra tos, kurios įtraukia visą mokyklos bendruomenę. Programa turi būti vykdoma 3 lygiais:

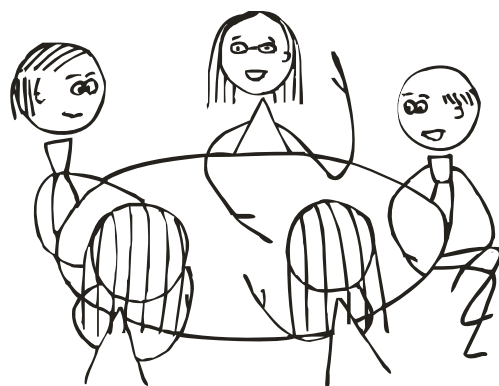
- mokyklos lygiu;
- klasės lygiu;
- individualiu lygiu.

PATYČIŲ PREVENCIJOS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS MOKYKLOS LYGIU

Mokyklos strategijos parengimas

Mokykla, kuri norėtų sumažinti patyčių mastą mokykloje, turėtų sukurti patyčių mažinimo strategiją, kurioje būtų aiškiai įvardijama, kaip mokykla vertina tyčiojimąsi ir ko siekia. Strategijoje galėtų atsispindėti tokie principai:

- Patyčios – tai įvairus agresyvus elgesys, nukreptas į silpnesnį bendraamžį. Tai prasivardžiavimas, apkalbinėjimas, stumdymas, kumščiaavimas, erzinimas, daiktų atiminėjimas, vaikų skaudinančių žinučių rašinėjimas ir t.t.
- Mokykloje į patyčias yra reaguojama rimtai.
- Mokykla siekia sukurti draugišką ir saugią atmosferą.
- Visi mokyklos bendruomenės nariai žino, koks elgesys laikomas patyčiomis.
- Visi mokyklos bendruomenės nariai turi būti informuoti apie mokykloje įgyvendinamą patyčių mažinimo strategiją.
- Mokykla kuria atvirumo atmosferą. Yra svarbu, kad kiekvienas, kuris patiria patyčias ar mato jas vykstančias, turėtų galimybę papasakoti apie tai suaugusiems.
- Vykstančios patyčios yra sustabdomos - tai yra visos mokyklos bendruomenės pareiga: tėvų, mokytojų, mokinių, administracijos.
- Patyčios – išmoktas elgesys, ir jis gali būti pakeistas kitu, socialiai priimtiniu elgesiu.
- Pozityvus suaugusiųjų elgesio pavyzdys ir pagarbūs santykiai tarp suaugusiųjų yra svarbus veiksnys vykdamą prevenciją.



Mokyklos strategija turi būti aprašyta ir pristatyta mokyklos bendruomenei. Yra svarbu, kad kiekvienas mokyklos bendruomenės narys žinotų, kur gali rasti ir paskaityti mokyklos patyčių mažinimo strategiją.

Patyčių prevencinės programos koordinavimo grupės suformavimas

Rekomenduotina, kad komandą sudarytų atstovai iš skirtingų mokyklos bendruomenės grupių: administracijos, mokytojų, mokinių, moksleivių, tėvų, o taip pat dalyvautų psichologas, socialinis

darbuotojas. Komandos funkcijos – koordinuoti veiksmų planą, vertinti programos rezultatus. Labai svarbu, kad ši komanda reguliariai susitiktų, pavyzdžiui, kartą per mėnesį ir aptartų programos įgyvendinimą, padarytus darbus ir planuojamus veiksmus.

Patyčių masto mokykloje įvertinimas

Įvertinimu siekiama sužinoti, kaip dažnai vaikai patiria patyčias, kokiais būdais vaikai tyčiojasi vieni iš kitų, kuriose mokyklos vietose patyčių vyksta daugiausia, kokios pagalbos vaikai sulaukia iš suaugusiųjų. Tokį įvertinimą labai naudinga atlikti prieš pradendant įgyvendinti programą ir pakartotinai įvertinti situaciją praėjus tam tikram (1-2 metams) programos vykdymo laikotarpiui.

Konferencija

Mokykla turi surengti konferenciją patyčių problemai aptarti, kurio dalyviai būtų visi mokyklos bendruomenės nariai: administracija, mokytojai, moksleiviai, tėvai ir kiti su mokykla susiję suaugusieji. Šioje konferencijoje galima būtų pristatyti patyčių reiškinį, tarptautinių ir mokykloje atliktų tyrimų duomenis, mokyklos patyčių mažinimo strategiją.

Vietų, kuriose patyčios vyksta dažniausiai, stebėjimas

Yra pastebima tendencija, kad tyčiojamasi daugiausiai tuomet, kai sumažėja suaugusiųjų priežiūra, pvz., klasėje ar koridoriuje per pertraukas. Suaugusiųjų, kurie stebi vaikų bendravimą ir gali sureaguoti į patyčių situaciją, buvimas mažina tokio vaikų elgesio tikimybę.

Panašus efektas stebimas ir gatvėse prie perėjų budint policininkams. Stovintys ir stebintys vairuotojus policininkai skatina vairuotojus drausmingiau elgtis ir padeda pėstiesiems saugiau jaustis. Vairuotojai, kurie šiaip yra linkę važiuoti nedrausmingai, nepraleisti pėsčiųjų, matydami policininką, kartais net kartoninį muliažą, tampa mandagesni ir drausmingesni.

Mokytojų aktyvesnis dalyvavimas pertraukų metu bus tuo efektyvesnis, kuo mokytojai bus jautresni ir pastabesni tarp vaikų vykstančioms patyčioms. Tačiau mokytojo, kuris nemato patyčių kaip problemiško elgesio buvimas gali neturėti jokio drausminančio poveikio vaikams. Pavyzdžiui, jei mokytojas nelaiko prasivardžiavimo netinkamu elgesiu ir galvoja, kad tai yra normalus dalykas, jis nestabdys tarp vaikų vykstančio prasivardžiavimo.

Suaugusiųjų informavimas apie vykstančias patyčias

Mokykla turėtų įvardyti suaugusius asmenis, į kuriuos vaikai, tėvai, mokytojai tiesiogiai, telefonu ar elektroniniu paštu galėtų saugiai kreiptis, norėdami papasakoti apie jų patirtas ar stebėtas patyčias. Tai padėtų mokykloje kurti atvirumo atmosferą, kurioje visi mokyklos bendruomenės nariai gali kreiptis pagalbos ir papasakoti apie patyčias.

Dar viena galimybė paskatinti vaikus ir kitus mokyklos bendruomenės narius kalbėti apie patyčias – pakabinti dėžutes anoniminiams laiškeliams, kuriuose vaikai galėtų informuoti suaugusius apie patyčias.

Efektyvus reagavimas į patyčias

Visiems mokyklos bendruomenės nariams turi būti aišku, kaip reaguoti į vykstančias patyčias. Jeigu tinkamo ir greito reagavimo nėra, gali susidaryti įspūdis, kad toks elgesys priimtinas. Vaikai, patiriantys patyčias, matydami, kad toks elgesys yra nestabdomas, gali

pasijusti bejėgiai. Skriaudėjai gali pradėti vertinti patyčias kaip priimtina saviraiškos būdą ar tinkamą problemų sprendimo būdą. O stebėtojai gali ir toliau vengti padėti aukai. Taigi nereaguojant į patyčias būtų stiprinama patyčių kultūra ir „tylėjimo“ atmosfera mokykloje. Kiekvienas suaugęs ir mokiniai, pastebėję patyčias, galėtų jas sustabdyti, įvardydami, kad toks elgesys yra nepriimtinas.

Efektyvus reagavimas turi apimti tokias veiklas:

- Reagavimą į „čia ir dabar“ vykstančias patyčias.
- Užsitęsusių patyčių atvejų sprendimą.
- Pagalbą skriaudžiamiems vaikams ir skriaudėjams.
- Patyčių atvejų aptarimą su visais situacijos dalyviais.

! PATYČIŲ IGNORAVIMAS YRA LABAI PRASTA REAGAVIMO Į PATYČIAS STRATEGIJA.

Moksleivių įtraukimas teikiant pagalbą nuskriaustiems vaikams

Moksleivių pagalba kitiems moksleiviams gali būti efektyvus būdas didinti kitų moksleivių saugumo mokykloje jausmą. Kartais moksleiviams gali būti lengviau papasakoti apie kylančius sunkumus kitiems moksleiviams, nei kreiptis į suaugusius, arba vaikai gali galvoti, jog situacija nėra tokia rimta, kad reikėtų suaugusių įsikišimo. Moksleivių įtraukimas teikiant pagalbą kitiems mokiniams ne tik padeda į programą įsitraukusiems vaikams gerinti bendravimo įgūdžius, išmolti palaikymo būdų, bet ir skatina tuos mokinius neįsitraukti į patyčias, gerina mokyklos klimatą.

Mokiniai gali padėti kurti saugias mokyklas!

Įsitrauk į patyčių prevenciją ir prisidėk prie saugios ir draugiškos mokyklos kūrimo

- Išklausk savo draugus, kai jie dalijasi mintimis ar jausmais apie jiems kylančius sunkumus.
- Kurk, tapk nariu ar palaikyk mokinių organizacijas, kurios kovoja su smurtu.
- Dalyvauk smurto prevencijos programose, pvz., „Bendraamžiai bendraamžiams“.
- Pasiūlyk būti jaunesnių mokinių patarėju ir padėk savo bendraamžiams.
- Bendradarbiauk su mokytojais ir mokyklos administracija kuriant saugaus suaugusiųjų informavimo apie grasinimus, gąsdinimus, ginklų nešiojimą, narkotikų platinimą, gaujų veiklą ir vandalizmą sistemą.
- Būk pavyzdys kitiems.
- Žinok savo mokyklos atsakingo elgesio formavimo ir palaikymo principus.
- Prašyk savo tėvų ar suaugusiųjų, kuriais pasitiki, pagalbos.
- Įsitrauk į jūsų mokyklos smurto prevencijos ir reagavimo į ją plano kūrimą, įgyvendinimą ir vertinimą.

PATYČIŲ PREVENCIJOS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS KLASĖS LYGIU

Klasės taisyklių sukūrimas

Rekomenduojama sukurti klasės pageidautino, draugiško ir nepageidautino elgesio taisykles. Kiekvienoje mokykloje yra mokinių elgesio taisyklės. Tačiau siūloma susikurti kiekvienos konkrečios klasės taisykles. Svarbu, kad taisyklės būtų neprimestos

suaugusiųjų, kad vaikai turėtų galimybę patys jas kurti, koreguoti, siūlyti naujas.

Klasės taisyklės

Tai mūsų klasė ir tai vieta, priklausanti mums visiems! Mes norime turėti draugišką ir saugią klasę, kurioje visi stengiasi pagelbėti vieni kitiems!

Mūsų teisės:

- Mes visi turime teisę netrukdomi mokytis.
- Mes visi turime teisę būti saugūs.
- Mes turime teisę, kad mūsų daiktai būtų saugūs ir neliečiami be mūsų noro.
- Mes turime teisę į saugią aplinką.
- Mes turime teisę paprašyti pagalbos bei ją gauti.
- Mes turime teisę dalyvauti klasės veikloje drauge su kitais mokiniais.

Mūsų pareigos:

- Mes leisime kitiems mokytis netrukdomiems.
- Mes pagarbiai bendrausime vieni su kitais (neprasivardžiuosime, nesistumdysime, nesimušime, negrasinsime kitiems).
- Mes saugosime savo ir kitų vaikų daiktus.
- Mes rūpinsimės savo klase ir jos saugumu.
- Mes padėsime vieni kitiems ir elgsimės draugiškai.
- Mes įtrauksime į klasės veiklas kiekvieną klasės mokinį.

Klasės valandėlės

Įgyvendinant patyčių prevencijos programą labai svarbu klasėje skirti laiko, mokinių diskusijoms apie mokinių tarpusavio santykius. Klasės valandėlės galima skirti patyčių reiškinio aptarimams: kas tai yra, kodėl patyčios vyksta, kaip jaučiasi vaikai, iš kurių yra tyčiojamosi ir kt.



Rekomenduojamos temos klasės valandėlėms

- Mano saugumas mokykloje.
- Patyčios: kas tai yra?
- Kaip jaučiasi vaikai, kuomet iš jų tyčiojasi?
- Kodėl vaikai tyčiojasi vieni iš kitų?
- Kaip reaguoti į patyčias: efektyvūs ir neefektyvūs reagavimo būdai.
- Kaip galiu padėti vaikui, patiriančiam kitų patyčias?
- Kodėl apie patyčias svarbu papasakoti suaugusiems?
- Skundimas ar pagalbos ieškojimas.
- Kaip aš galiu prisidėti prie patyčių mažinimo mokykloje? (labiau tinka aukštesniųjų klasių mokiniams).

Greta šių temų galima su vaikais aptarti tokias susijusias temas:

- Pagarba sau ir kitam.
- Pagarba kito nuosavybei.
- Jausmų atpažinimas ir raiška.
- Draugystė.
- Vienišumas.
- Konstruktivus konfliktų sprendimas.

Pageidaujamo, draugiško mokinių elgesio atpažinimas ir skatinimas

Jeigu norime, kad vaikai dažniau bendrautų draugiškai, svarbus yra tinkamo elgesio pastebėjimas ir paskatinimas. Būtų gerai pagirti vaiką, kuris užstojo skriaudžiamą vaiką, išdrįso ir sustabdė skriaudėjus. Jeigu tokio teigiama vaikų elgesio nepastebėsime, tai vaikai mažiau ir stengsis padėti skriaudžiamam vaikui. Taip pat labai svarbu yra atkreipti dėmesį ir pagirti vaiką už tai, kad kreipiasi pagalbos sau, ar praneša apie atvejus, kuomet yra tyčiojamas iš kitų vaikų.

Pavyzdingas mokytojo elgesys

Vienas iš svarbių elgesio mokymosi būdų yra kitų žmonių elgesio stebėjimas, vadinamasis „mokymusi stebint“. Vaikai elgesio mokosi stebėdami suaugusiuosius – pirmiausia tėvus, o vėliau ir kitus suaugusiuosius: darželio auklėtojus, mokytojus. Todėl mokytojo bendravimas yra vienas iš svarbių elgesio modelių vaikams. Labai puiku, jei mokytojo bendravimas su kitais yra paremtas pagarba. Problemos gali kilti tuomet, kai mokytojas pats žemina ar nepagarbiai elgiasi su vaikais ar kitais žmonėmis. Pavyzdžiui, jei mokytojas atvirai žemina vaikus, vadindamas juos „nemokšomis“, „žiopliais“, sunku tikėtis, kad tai girdėdami vaikai išmoks pagarbaus elgesio su kitais.

Geras mokytojas turėtų:

- Pamokų metu ne tik siekti perteikti moksleiviams žinias, bet ir stengtis kurti kuo saugesnę aplinką klasėje. Žinoti, kad tyčiojimasis nėra natūralus vaiko augimo etapas, iš kurio jis vieną dieną išaugs.
- Pastebėti ir reaguoti į moksleivių netinkamą elgesį – tokį kaip tyčiojimas.
- Pastebėti vaiką, kuris yra atsiskyręs nuo grupės ar liūdnas.
- Pasiaiškinti, kokios yra tokio vaiko elgesio ar emocijų priežastys.

- Palaikyti auką ir stengtis sustabdyti tyčiojimąsi.
- Padėti vaikui rasti tinkamus reagavimo būdus, kuomet kas nors jį įskaudina, bet nesakyti, kad vaikas turi tiesiog ignoruoti tai, apsiginti pats ar duoti atgal.
- Padėti priekabiaujantiems vaikams keisti savo elgesį.
- Pats elgtis pavyzdinai.

Bendradarbiavimo tarp mokinių skatinimas

Skatinti vaikus bendradarbiauti ir mokymosi metu. Tam tinka įvairios veiklos, kai vaikai atlieka užduotis ne individualiai, o poromis ar nedidelėmis grupelėmis. Bendradarbiavimo tarp mokinių skatinimas mažina atskirų mokinių izoliacijos, atstūmimo galimybę.

Patyčių situacijų aptarimas, nieko nekaltinant

! KALTŲ RADIMAS PATYČIŲ SITUACIJOJE NEPADĖS IŠSPRĘSTI ŠIOS PROBLEMOS. YRA PAVOJUS, KAD KALTAS GALI TAPTI VAIKAS, KURIS AGRESIJA MĖGINO APSIGINTI NUO EMOCINIO SMURTO.

Tai yra toks patyčių situacijos aptarimo būdas, kuriuo siekiama sumažinti patyčių padarytą žalą nukentėjusiam vaikui ir kitiems į ją įsitraukusiems vaikams. Aptariant patyčių situacijas, siekiama padėti vaikams pasimokyti iš jų.

Nekaltinančio požiūrio esmė – aptarti vykstančias patyčias su visais į jas vienokiu ar kitokiu būdu įsitraukusiais vaikais nesiekiant surasti kaltininkų ir juos nubausti. Aptarimo metu siekiama suprasti, koks buvo kiekvieno vaiko vaidmuo įvykusiose patyčiose ir ką galima daryti kitaip, jei patyčios kartosis.

Aptarimą organizuoti turėtų klasės auklėtojas, mokytojas ar kitas mokyklos darbuotojas. Aptarime būtina turi dalyvauti skriaudėjas, stebėtojai, nuskriaustą vaiką palaikantys vaikai. Skriaudžiamasis gali pasirinkti – ar dalyvaus aptarime ar ne.

6 žingsniai, kaip organizuoti patyčių situacijos aptarimą, nieko nekaltinant:

1. **Pokalbis su skriaudžiamu vaiku.** Nuo patyčių nukentėjusį vaiką reikėtų skatinti papasakoti, kas vyksta, kokie jam kyla jausmai. Labai svarbu, kad vaikas jaustųsi saugus bendraudamas su mokytoju ar auklėtoju. Šio pokalbio metu reikėtų išsiaiškinti, ar vaikas norėtų dalyvauti patyčių situacijos aptarime.
2. **Susitikimo su visais patyčių dalyviais organizavimas.** Mokytojas ar kitas suaugęs surengia mokinių grupės ar klasės susitikimą, kuriame dalyvauja skriaudėjas bei visi patyčias stebėję vaikai.
3. **Situacijos išsiaiškinimas.** Mokytojas suteikia galimybę skirtingiems vaikams papasakoti, kaip jie supranta, kas atsitiko – be kaltinimų, tik išdėstyti faktus. Padeda jiems suprasti, koks jų vaidmuo buvo patyčiose. Aiškinantis situaciją tikėtų tokie klausimai:

Kas atsitiko? (paprašyti, kad skirtingi vaikai papasakotų, kaip jie supranta įvykusį incidentą);

Dėl ko kilo tyčiojimas?

Kaip jis prasidėjo?

Koks buvo kitų, aktyviai patyčiose nedalyvavusių, vaikų vaidmuo?

Kaip patyčių stebėjimas galėjo nulemti skriaudėjo veiksmus?

Kas galėjo nutraukti vykstančias patyčias?

4. **Pasidalijimas jausmais.** Aptariama, kaip jautėsi skirtingos patyčių pusės: skriaudėjas, nukentėjęs vaikas, stebėtojai. Klausimai galėtų būti tokie:

Kaip jautėsi vaikai, stebėdami tyčiojimąsi?

Kaip jautėsi skriaudėjas?

Kaip jautėsi skriaudžiamas vaikas?

Kaip vaikai jaučiasi dabar?

5. **Galimi situacijos sprendimo būdai.** Su vaikais inicijuojama diskusija – ką dabar galime daryti, kaip gerinti situaciją klasėje, kaip padėti nukentėjusiam vaikui. Galima surinkti aptarimo dalyvių idėjas kaip spręsti problemas, kaip padėti nuskriaustam vaikui jaustis geriau. Pvz., „aš pabūsiu su Antanu per pietų pertrauką“.

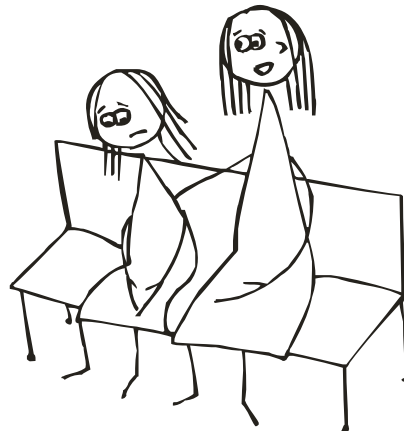
6. **Išvados:** ko galima pasimokyti iš šios situacijos? Baigiant aptarimą svarbu būtų padėti vaikams suprasti, kad nuo kiekvieno jų priklauso tai, kaip vyksta patyčios ir kada jos liausis. Taigi su vaikais galima padiskutuoti keliant klausimą, kaip galima kitaip elgtis, pasitaikius panašiai situacijai, į ką galima kreiptis pagalbos, kaip iš karto galima padėti skriaudžiamam vaikui. Per aptarimą labai svarbu pagirti, palaikyti ir paskatinti tuos stebėtojus, kurie stengėsi sustabdyti priekabiavimą ir padėti vaikui, iš kurio buvo tyčiojama. Vaikai, kurie tyčiojosi iš tokio aptarimo mokosi geriau suprasti nukentėjusio vaiko jausmus.

PATYČIŲ PREVENCIJOS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS INDIVIDUALIU LYGIU

Pagalba skriaudžiamam vaikui

Kalbantis su patyčias patiriančiu vaiku yra svarbu:

- Aptarti įvykusį tyčiojimosi atvejį. Leisti vaikui išsakyti, kas jam nutiko, kaip jis jaučiasi. Išreikšti supratimą ir palaikymą, kartu surinkti informaciją apie tai, kas įvyko.
- Drauge su vaiku sudaryti jo saugumo planą: Aptarti, kaip vaikas gali išvengti panašių situacijų. Numatyti, kaip vaikas galėtų elgtis, jei priekabiavimas vyktų toliau. Susitarti, kam vaikas gali papasakoti, jei tyčiojimasis nesiliauja.
- Įtraukti nukentėjusį vaiką į veiklas, užsiėmimus, kur jis turėtų progą daugiau bendrauti su kitais bendraamžiais. To tikslas – padėti tyčiojimąsi patiriančiam vaikui gauti



bendraamžių paramą.

- Įtraukti į pagalbos teikimą vaikui svarbius, patikimus asmenis: bendraamžius, su kuriais jis draugauja, mokytojus, kuriais jis pasitiki, ar kitus asmenis.
- Stebėti, kaip vaikui sekasi toliau.
- Jei reikia susisiekti su tėvais ir jiems trumpai papasakoti apie įvykusį incidentą ir priemones, kurių ėmėsi mokykla.

Pagalba skriaudėjui

Pagrindinis tikslas bendraujant su vaiku, kuris skriaudžia kitus, – padėti jam pakeisti savo elgesį ir mokyti jį kitokių, neagresyvių bendravimo būdų. Būtų naudinga, jei šis vaikas galėtų dalyvauti bendravimo įgūdžių, pykčio valdymo programoje. Aptariant patyčių situaciją su skriaudėju yra svarbu:

- Išsiaiškinti, kas nutiko (kaip būtent šis vaikas supranta, kas atsitiko).
- Ramiai apibūdinti vaiko elgesį aiškiais žodžiais įvardijant, kaip vaikas tyčiojosi iš kito.
- Ramiai paaiškinti skriaudėjui, kokį poveikį kitiems vaikams daro toks jo elgesys. Būtinai pasakyti, kad toks elgesys yra nepriimtinas ir priminti, kokio elgesio iš jo tikimasi.
- Jei patyčios kartojasi, yra svarbu vaikui paaiškinti tokio elgesio pasekmes, t.y., kad bus susisiekiama su jo tėvais ar pan.

! KAIP VAIKAI IŠMOKSTA AGRESYVAUS ELGESIO, TAIP GALIMA JUOS IŠMOKYTI IR NEAGRESYVIŲ BENDRAVIMO BŪDŲ.

Individualūs pokalbiai su vaikų tėvais

Svarbu, kad teikiant pagalbą nukentėjusiems ir skriaudžiantiems kitus vaikams, būtų įtraukiami ir jų tėvai – siekiant bendradarbiauti ir suteikti efektyvią pagalbą jų vaikams.

MOKSLEIVIŲ ĮTRAUKIMAS Į PATYČIŲ PREVENCINES VEIKLAS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Bendraamžių palaikymo projektai – tai įvairios programos, kurių metu moksleiviai teikia pagalbą savo bendraamžiams: tarpininkaudami sprendžiant konfliktines situacijas, išklausydami ar mokydami kitus. Bendraamžių palaikymo programos gali būti taikomos įvairiose mokyklose kaip prevencinės veiklos dalis. Šios programos yra naudingos siekiant ugdyti vaikų socialinius įgūdžius, didinti saugumą mokykloje, stiprinti moksleivių tarpusavio bendravimą.

Bendraamžių palaikymo programų esminiai bruožai:

- šios programos pagrįstos savanoriškumo principu;
- yra vykdomos su panašaus amžiaus vaikais;
- yra pagrįstos tuo, kad vaikai neretai lengviau pasakoja apie kylančius sunkumus bendraamžiams, nei suaugusiems žmonėms;
- moksleiviai yra specialiai apmokomi ir paruošiami dalyvauti programoje;
- mokiniai atlieka ne draugų, o „klausytojų“, „patikėtinių“ vaidmenį.



Bendraamžių palaikymo programose vaikai nėra mokomi psichologinio konsultavimo. Šios programos yra orientuotos į pagalbos teikimą kitiems vaikams juos išklausant, palaikant bei nurodant suaugusius asmenis ar atitinkamas organizacijas, kur jie galėtų kreiptis.

Patyčių prevencijos programoje moksleivių įtraukimas į bendraamžių palaikymo programą gali būti labai efektyvi prevencijos dalis. Mokiniai, dalyvaujantys bendraamžių palaikymo programoje galėtų atlikti labai svarbų vaidmenį: teiktų pagalbą ir palaikymą nuo patyčių nukentėjusiems vaikams. Svarbu, kad bendraamžių palaikymo programa nebūtų vienintelė patyčių mažinimui skirta veikla – moksleivių įtraukimas turi įsikomponuoti į kitas tuo pat metu vykdomas prevencines veiklas: mokyklos bendruomenės švietimą, reagavimą į vykstančias patyčias ir pan.

Mokykla, apsisprendusi patyčių prevencijos rėmuose suburti moksleivius, teikiančius pagalbą kitiems mokiniams, turėtų atsižvelgti į tokius aspektus:

- **Moksleivių atranka.** Yra svarbu, kad mokiniai, dalyvaujantys programoje, atstovautų kuo įvairesniems mokiniams, atspindėtų visą mokinių bendruomenę. Taigi yra labai svarbu, kad moksleivių palaikymo programoje dalyvautų ne vien mergaitės ar vien berniukai, ne tik „dešimtukininkai“ ar patys geriausi mokyklos mokiniai.
- **Moksleivių parengimas dalyvauti programoje.** Moksleivių parengimas veiklai yra labai svarbi sėkmingos programos įgyvendinimo dalis. Vaikai, kurie planuoja teikti pagalbą ir paramą savo bendraamžiams, turi būti apmokomi, kaip išklausti ir emociškai palaikyti kitą vaiką, kaip tinkamai išsiaiškinti problemą, dėl kurios į juos kreipiasi kiti vaikai, kaip ir kodėl reikia laikytis konfidencialumo principo ir žinoti, kada šis principas gali būti sulaužytas, kur kreiptis mokiniui pagalbos, jei

jam neužtenka tik bendraamžių palaikymo. Kartu su besirengiančiais dalyvauti programoje mokiniais reikėtų aptarti galimas kitų mokyklos mokinių reakcijas į juos, taip pat galimas patyčias mokinių-klausytojų atžvilgiu. Vaikai turi būti pasiruošę ne tik padėti kitiems, bet ir padėti patys sau, iškilus kitų vaikų agresijai ar priešiškumui.

- **Informavimas apie mokinių patikėtinius.** Mokyklos bendruomenė turi žinoti apie visas mokyklos vykdomas prevencines veiklas. Kalbant apie bendraamžių palaikymo programą, yra svarbu, kad kiti mokyklos mokiniai gautų tikslią ir aiškią informaciją apie tai, kokia veikla užsiima jų bendraamžiai, kokią pagalbą jie gali gauti iš moksleivių-klausytojų, kaip ir kada moksleiviai-klausytojai bus pasiekiami ir prieinami. Apie vykdomą programą turi žinoti ir moksleivių tėvai.
- **Suaugusiųjų dalyvavimas bendraamžių palaikymo programoje.** Moksleivių palaikymo programose labai svarbus vaidmuo tenka ir suaugusiems. Suaugusiųjų parama, palaikymas, paskatinimai yra labai svarbūs moksleiviams, dalyvaujantiems bendraamžių palaikymo programoje. Taigi mokykla turėtų apsvarstyti, kas iš mokyklos darbuotojų prižiūrės moksleivių grupę, padės jiems pasiruošti veiklai bei vėliau palaikys.
- **Parama ir palaikymas moksleivių patikėtiniams.** Turėtų būti numatyta, kaip mokinius-klausytojus paremti ir palaikyti gali bet kuris iš mokyklos mokytojų, kaip mokytojai turi bendrauti ir reaguoti į mokinius-klausytojus, jei šie kreipiasi pagalbos dėl kokio nors jų klasės mokinio.
- **Programos vykdymo eiga ir stebėjimas.** Mokiniai, dalyvaujantys bendraamžių palaikymo programoje, turi turėti galimybę reguliariai susitikti, aptarti jiems kylančias sudėtingas situacijas, pasidalyti emocijomis ir jausmais.

Vienas svarbiausių principų, kurio turi būti laikomasi bendraamžių palaikymo programose – konfidencialumo principas. Yra labai svarbu, kad mokyklos mokiniai galėtų pasitikėti mokiniais-klausytojais, antraip programa nebus efektyvi. Todėl yra be galo svarbu laikytis konfidencialumo tiek bendraujant su kitais mokiniais-klausytojais, tiek su mokiniais, neįsitraukusiais į programą, ar kitais žmonėmis.

Bendraamžių palaikymo programos ne tik gali padėti spręsti patyčių situacijas, suteikti palaikymą vaikams, kurie nukentė nuo patyčių, bet ir teigiamai veikia bendrą mokyklos klimata, mokinių saugumo jausmą, mokinių tarpusavio bendravimą. Vaikai, dalyvaujantys programoje, išmoksta labai vertingų, gyvenimiškų ir bendravimo įgūdžių bei rodo teigiamą pavyzdį kitiems mokiniams.

TĖVŲ VAIDMUO PATYČIŲ PREVENCIJOJE

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Tėvų vaidmuo yra labai svarbus, ypač prieš vaikui pradėdant eiti į mokyklą. Jie turi tikrai sudėtingą užduotį – parengti vaiką socialiniam gyvenimui už šeimos ribų. Visų suaugusiųjų rūpestis, – kad vaikai jaustųsi fiziškai ir emociškai saugūs mokykloje. Vienas svarbiausių dalykų, ką gali padaryti tėvai, – tai padėti vaikams įgyti tokių įgūdžių, kurie padėtų vaikams taip elgtis, kad nugalėtų iškilusius sunkumus savarankiškai. Todėl labai svarbu, kad prieš eidamas į mokyklą vaikas būtų mokomas išreikšti savo jausmus, kontroliuoti elgesį.

Suaugusieji, besirūpinantys vaiku, gali jam padėti mokytis neagresyvaus elgesio:

- parodydami gerų tarpusavio santykių pavyzdį;
- patys demonstruodami tinkamus agresijos kontrolės būdus;
- mokydami vaiką, kad kitą žmogų žeidžianti ar žalojanti agresija yra nepriimtina;
- įvardydami, kokios yra agresijos pasekmės;
- padėdami vaikui suprasti kitų jausmus;
- mokydami rūpintis kitais.

Vaikui pradėjus eiti į mokyklą, tėvai įgauna dar vieną svarbią funkciją – jie turi bendradarbiauti su mokyklos darbuotojais, kad užtikrintų vaiko saugumą, gerus mokymosi rezultatus. Mokyklos uždavinys – įtraukti tėvus ne tik į vaiko mokymosi proceso stebėjimą, bet ir į prevencines veiklas, padedančias užtikrinti vaiko gerovę mokykloje. Taigi tėvų įsitraukimas į patyčių prevenciją yra labai svarbus – kartais tai gali nulemti prevencinės veiklos sėkmę. Paprastai tėvai linkę palaikyti priekabiavimo prevencines idėjas, ypač tokias, kurios padeda jų vaikams jaustis saugesniems mokykloje. Tačiau neretai būna, kad ir tarp tėvų yra paplitusios klaidingos nuostatos, kad tėvai mano, jog iš patyčių yra išaugama, kad vaikas turi pats kovoti su skriaudėjais, vietoj to, kad kreiptųsi pagalbos, kad skųstis nedera. Šias nuostatas svarbu keisti siekiant efektyviai vykdyti patyčių prevenciją.

Efektyviai patyčių prevencijai yra labai svarbus tėvų įsitraukimas ir dėl to, kad patiems vaikams yra labai sunku ar net neįmanoma sumažinti patyčių. Tėvai gali atlikti svarbų vaidmenį, informuodami mokyklą apie vykstančias patyčias. Tačiau svarbu to nedaryti skubotai, neapgalvotai ar nepasitarus su vaiku, – antraip tėvų įsikišimas iš tikrųjų gali pabloginti situaciją.

Neretai vaikai vengia pasakoti apie patyčias ne tik mokyklos darbuotojams, bet ir tėvams ar kitiems šeimos nariams. Vaikai nepasakoja apie tai, nes galvoja, kad:

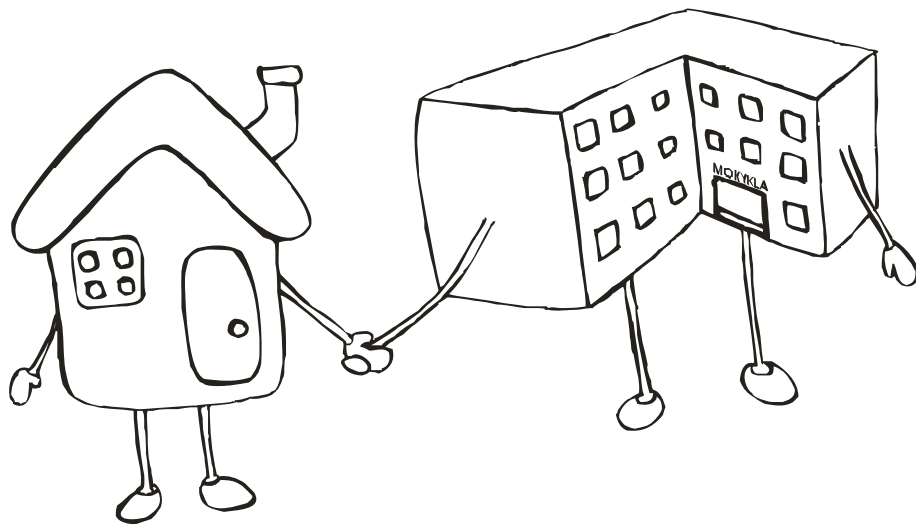
- tėvų įsikišimas gali pabloginti situaciją;
- tėvai negali padėti;
- bijo, kad gali sulaukti skriaudėjų keršto;
- situacija nėra tokia rimta, kad reikėtų suaugusiųjų įsikišimo;
- jie patys privalo susitvarkyti su šia problema;
- tėvai nereaguos rimtai į tai.

Vaikai gali vengti pasakoti apie patyčias ir todėl, kad bijo būti pavadinti skundikais. Šią nuostatą būtina keisti. Labai svarbu parodyti vaikams, kad kreipimasis pagalbos yra teigiamas dalykas, kad pasakodami apie patyčias jie didins ir savo, ir kitų mokinių saugumą. Šioje vietoje tėvų vaidmuo, paskatinant vaikus pasakoti apie patyčias, taip pat yra labai reikšmingas.

Kodėl vaikams sunku papasakoti apie patyčias?

Dažniausios vaikų įvardijamos priežastys (%) [14]:

- baisu, kad skriaudėjai kerštaus – 42;
- nenoriu būti skundikas – 41;
- nenoriu jaudinti tėvų – 34;
- gėda, kad pats negaliu apsiginti – 31;
- baimė prarasti draugus – 29;
- sunku įrodyti priekabiavimą, todėl neverta sakyti – 29;
- bijau tėvų reakcijos – 25;
- jaučiuosi pasimetęs ir sutrikęs – 25;
- aš negaliu pakeisti situacijos – 24.



Kokiam vaidmenyje bebūtų vaikas – skriaudėjo, nukentėjusiojo ar stebėtojo – pagrindinė tėvų funkcija sprendžiant patyčių situaciją – tai tinkamų mokyklos darbuotojų informavimas. Galima kreiptis į mokytoją, jei patyčios vyksta to mokytojo klasėje, pvz., kreiptis į kūno kultūros mokytoją, jei tai vyksta sporto salėje ar persirengimo kambariuose. Galima kreiptis į direktorių, jei tai vyksta drabužinėje, koridoriuose, popamokinių užsiėmimų metu, pakeliui į/ar iš mokyklos arba jei patyčios klasėje nesiliauja. Galima kreiptis į aukštesnio lygio valdžios institucijas, prižiūrinčias mokyklas, pvz., švietimo skyrių, jei mokykla nereaguoja į patyčias tarp vaikų.

Tėvai gali padėti kurti saugias mokyklas!

- Aptarkite mokyklos drausmės taisykles su savo vaiku. Parodykite, kad gerbiate taisykles ir padėkite savo vaikui suprasti, kodėl jos yra būtent tokios.
- Įtraukite savo vaiką į tinkamo elgesio namie taisyklių kūrimą.
- Kalbėkite su savo vaiku apie prievartą, kurią jis mato per televiziją, kompiuteriniuose žaidimuose, galbūt kaimynystėje.
- Padėkite vaikui pamatyti prievartos padarinius.

- Išmokykite vaiką spręsti problemas.
- Padėkite vaikui rasti būdų, kaip galima išreikšti pyktį nežeidžiant kitų žmonių nei žodžiais, nei fiziškai.
- Pastebėkite bet kokį vaiko elgesį, keliantį nerimą.
- Būkite atviras bendravimui.
- Išklauskite vaiką, jei jis dalijasi mintimis, rūpindamasis savo draugais.
- Būkite įsitraukęs į savo vaiko mokyklos gyvenimą padėdami atlikti namų darbus ar juos tikrindami, kalbėdami su jo mokytojais ir lankydami susirinkimus.
- Siekite, kad mokykla vaikams suteiktų ikipamokinį ir popamokinį užimtumą.
- Pasisiūlykite dirbti su mokyklinėmis grupelėmis, besirūpinančiomis smurto problema.

Kartais tėvai vengia kreiptis į mokyklos darbuotojus dėl vaiko sunkumų. Neretai patyčių prevencinės veiklos tėvus įtraukia tuomet, kai patyčios jau yra įvykusios. Pavyzdžiui, skriaudėjo tėvai yra kviečiami pasikalbėti po incidento. Tokie pokalbiai būna sunkūs ir ne visada produktyvūs, nes tėvai į pokalbius ateina nusiteikę būti „pabarti“ ar pasijausti netikusiais tėvais dėl to, kad nesusitvarko su savo vaiku. Rekomenduojama tėvus į prevencines veiklas įtraukti kuo anksčiau, kol dar nėra incidentų, – tada tėvai į pokalbį su mokyklos darbuotojais eis tikėdamiesi pasitarti, o ne būti išbarti už netinkamą vaiko elgesį. Tinkami būdai įtraukti tėvus į patyčių prevencijos veiklas – tai tėvų informavimas apie patyčias, jų pasekmes susitikimų ir susirinkimų metu, o taip pat plakatai ir lankstinukais; rekomendacijų tėvams teikimas (pvz., neduoti vaikams daug pinigų ir brangių daiktų į mokyklą).

BIG BROTHERS BIG SISTERS PREVENČINĖ PROGRAMA LIETUVOJE

Jūratė Čižauskaitė, Erna Petkutė

Big Brothers Big Sisters programa (BBBS) atsirado 1904 metais Jungtinėse Amerikos Valstijose. Jos pagrindinis tikslas buvo padėti jauniems žmonėms, kurie gyvena socialiai apieisti, neturi tvirto ir teigiamo suaugusio žmogaus pavyzdžio. Šiuo metu ši programa yra viena seniausių, geriausiai žinomų ir efektyviausių programų, skirtų padėti vaikams.

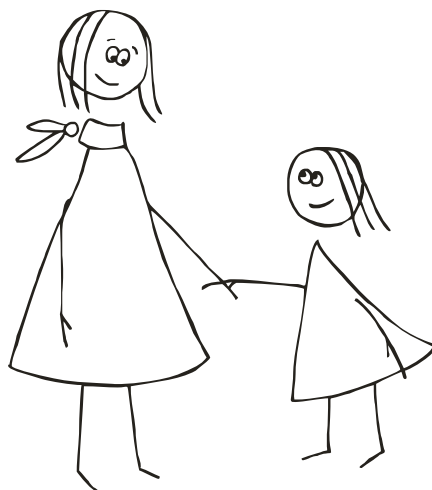
Į Lietuvą *Big Brothers Big Sisters* programa atkeliavo 1995 metais, ją įkūrė Paramos vaikams centras Vilniuje. Šiuo metu programa sėkmingai veikia įvairiuose Lietuvos miestuose ir mokyklose.

PROGRAMOS ESMĖ

Big Brothers Big Sisters programa yra skirta padėti 7-14 metų vaikams, kuriems trūksta palaikymo, reikia teigiamo suaugusio žmogaus pavyzdžio. Ji yra naudinga, kuomet vaikas yra patyręs emocinį ir fizinį smurtą, seksualinį išnaudojimą, apleistumą, nepriežiūrą, bendraamžių atstūmimą bei patyčias, išgyvena tėvų skyrybas, jo šeimos nariai piktnaudžiauja alkoholiu ar narkotikais, namuose yra taikomos fizinės bausmės, kuomet jam nėra su kuo pasikalbėti apie savo rūpesčius.

Laiku nepadėjus šių sunkumų slėgiamiems vaikams, jie tampa pikti, liūdni, pradeda elgtis priešišškai ir agresyviai arba užsidaro bei atsiriboja nuo aplinkinių, pradeda galvoti apie savižudybę, bando žudyti. Vaikai nebenori lankyti mokyklos ir būrelių, daug laiko praleidžia vieni arba su netinkamo elgesio „draugais“, pradeda bandyti alkoholį ar narkotikus.

Šiems vaikams gali labai padėti juos išklausančias, suprantantis, palaikantis ir išmokantis, kaip elgtis įvairiose gyvenimiškose situacijose, žmogus. *Big Brothers Big Sisters* programoje tokiais žmonėmis tampa programos savanoriai – Didieji draugai.



SAVANORIAI

Programos savanoriu gali tapti kiekvienas atsakingas, brandus, suprantantis vaiko poreikius ir norintis jam padėti žmogus, sulaukęs 18 ar daugiau metų. Tai neatlygintinas savanoriškas darbas siekiant padėti vaikui sustiprėti psichologiškai ir išmokti gyventi kitaip.

Savanoriai palaiko vaikus, kai šiems sunku, padeda atskirti gėrį nuo blogio. Jie, patys būdami studentai ir įvairių profesijų atstovai, parodo vaikams mokslo ir mokyklos lankymo svarbą. Išklausančias, supratingi ir tolerantiški savanoriai leidžia vaikams atsiskleisti, papasakoti savo bėdas, atsako jiems rūpimus

klausimus – vaikas mokosi pažinti ir suprasti save, išmoksta, kaip padėti sau ir kitam. Bendraudamas su savanoriu vaikas išmoksta, kaip susidraugauti su kitais, pasijaučia drąsiau ir pradeda labiau pasitikėti savimi ir kitais.

Draugystė su Didžiuoju draugu vaikui tampa rimta paspirtimi tolimesniam gyvenimui. Padėdamas vaikui, kiekvienas savanoris pats įgyja patirties ir pilietinio brandumo, supratimo apie rūpinimąsi ir draugystę su jaunesniais, išmoksta suprasti kitokios patirties šeimas ir vaikus, semiasi naujų įgūdžių.

KAIP VYKSTA SAVANORIO IR VAIKO DRAUGYSTĖ

Big Brothers Big Sisters programoje berniukai draugauja su savanoriais vaikiniais, o mergaitės – su savanorėmis merginomis. Vaikas ir savanoris susitinka kartą per savaitę ir kartu praleidžia ne mažiau dviejų valandų. Susitikę jie daug kalbasi ir veikia tai, ką kartu veikia susitikę draugai: plepa, vaikšto po miestą, piešia, lipdo iš molio, kuria eiles, kepa pyragus ar sumuštinus, mēto kamuolį į krepšį, plaukioja baseine, važinėja dviračiais ar riedučiais, eina į kiną, teatrą ar baletą, tiesiog žiūri į dangų ir nieko neveikia.

Big Brothers Big Sisters programoje savanorio ir vaiko draugystė vyksta pagal taisykles, kurios užtikrina vaiko ir savanorio saugumą. Jų draugystę profesionaliai prižiūri ir draugauti padeda *Big Brothers Big Sisters* programos koordinatoriai.

Draugystė trunka vienerius metus. Praėjus metams bendru vaiko, savanorio, vaiko tėvelių ar globėjų ir programos koordinatorių sutarimu Draugystės sutartis pratęsiama dar metams arba užbaigiama.

BIG BROTHERS BIG SISTERS MOKYKLOJE

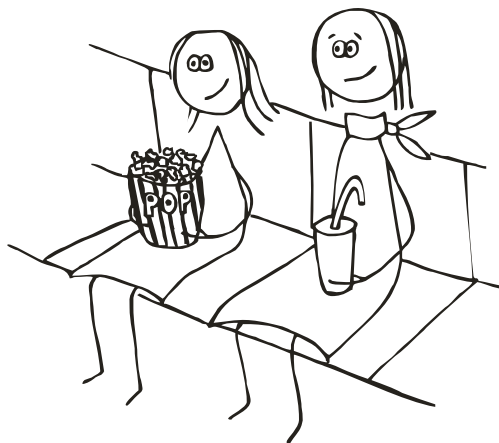
Big Brothers Big Sisters programos mokykloje esmė – tos pačios mokyklos žemesnių ir aukštesnių klasių mokinių draugystė, vykstanti tos mokyklos ribose. Aukštesnių klasių mokiniai tampa Didžiais draugais ir draugauja su žemesnių klasių vaikais. *Big Brothers Big Sisters* mokykloje yra prevencinė programa, skirta socialinės atskirties ir agresyvumo mažinimui tarp mokinių Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklose.

Per paskutinį dešimtmetį ženkliai pakito smurto tarp mokinių lygis Lietuvoje. Jis išaugo, mokyklose tapo norma ir pastebimai atjaunėjo. Nuolatiniai tyčiojimai, reketavimas, fizinis smurtas, grupinės vaikų susidorojimo akcijos rodo, kad vaikai tiesiog savęs pažįsta, negeba valdyti pykčio, nekontroliuoja impulsų, stokoja idealų ir vertybių, apsaugančių nuo smurto. Šį procesą būtina ir galima koreguoti. Mokykla gali labai daug padaryti

mažinant agresyvumą stipriai įtakoti agresyvumo tarp moksleivių, įtraukdama savo žmoniškuosius resursus – aukštesnių klasių brandžius, kryptingus mokinius, norinčius padėti jaunesniems mokiniams.

PROGRAMOS EFEKTYVUMAS

2003-2004 m. buvo vertinamas *Big Brothers Big Sisters* mokykloje programos efektyvumas. Tuo tikslu buvo atliktas tyrimas „Moksleivių sugebėjimų įvertinimas *Big Brothers Big Sisters* programos mokykloje draugystės pradžioje ir pabaigoje“. Tyrimo tikslas buvo nustatyti, ar turi įtakos draugystė su



savanoriais vaiko asmenybiniams, socialiniams, pažintiniams/mokymosi sugebėjimams ir žalingo elgesio prevencijai.

Išanalizavus tyrimo duomenis paaiškėjo, kad:

- Savanoris gali sustiprinti vaiko pasitikėjimą savimi. Pradžioje labai gerai ir gerai savimi pasitikėjo 29,7% (11 iš 37) vaikų, po 6 - 8 mėn. mokytojai jau įvertino 56,7% (21 iš 37) vaikų, turėjusių savanorį draugą, kaip labai gerai ir gerai pasitikinčius savimi.
- Draugystė su savanoriu daro didelę įtaką vaiko bendravimui su savo bendraamžiais. Visų vaikų, turėjusių savanorį draugą, bendravimas su bendraamžiais žymiai pagerėjo: draugystės pradžioje su savo bendraamžiais labai gerai ir gerai bendravo 17 vaikų, vidutiniškai - 12 vaikų ir blogai arba labai blogai - 7 vaikai; tyrimo pabaigoje ir po 6 – 8 mėn. draugystės labai gerai ir gerai su klasiokais pradėjo bendrauti 27 vaikai ir vidutiniškai - 10 vaikų.
- Draugystė su savanoriu labai padeda vidutiniškai besimokantiems vaikams. Tyrimo pradžioje ir pabaigoje blogai besimokančių vaikų skaičius nepakito (7 ir 7); vidutiniškai besimokančių sumažėjo nuo 21 iki 14 vaikų ir gerai besimokančių padaugėjo nuo 8 iki 12 vaikų; labai gerai pradėjo mokytis 4 vaikai (pradžioje - 1).

Gauti rezultatai yra artimi rezultatams, gautiems JAV mokyklinių BBBS programų tyrime. Remiantis gautais rezultatais ir metodine bei tyrimo literatūra, galima teigti, kad daugeliu atveju pagerėja mokinių:

- socialinė kompetencija;
- gebėjimas pasinaudoti paramos ir informacijos šaltiniais;
- pažangumas;
- gebėjimas išvengti teisinių ir moralinių prasižengimų;
- gebėjimas atsispirti alkoholiui, narkotikams;
- gebėjimas valdyti seksualinį aktyvumą;
- savęs vertinimas;
- pasitikėjimas savimi;
- galimybė labiau išreikšti savo savijautą ir jausmus;
- sprendimų, elgesio pasirinkimas;
- laiko ir tvarkos supratimas/palaikymas;
- atsiranda asmeninės ateities jausmas;
- rūpinimasis higiena ir išvaizda;
- pagarba ir rūpinimasis;
- pasitikėjimas savo draugu;
- požiūris į kitokias nuostatas;
- tolerancija kitoniškumui (kultūriniam, tautiniam ir kt.);
- santykiai su šeima;
- santykiai su bendraamžiais;
- santykiai su kitais suaugusiais.

BIG BROTHERS BIG SISTERS MOKYKLOJE SAVANORIAI

Ypatingą vaidmenį prevencinėje programoje atlieka savanoriai. 9-12 klasių mokiniai aktyviai dalyvauja bendruomeniniame mokyklos gyvenime, dirba mokyklos bendruomenei naudingą darbą, kaupia savanoriško darbo su jaunesniais mokiniais

patyrimą, kūrybiškai veikia jaunųjų draugų pažiūras, skatina savarankiškumą, įgyja praktinių bendravimo su jaunesniais įgūdžių, išmoksta perduoti savo socialinį patyrimą, jaučiasi naudingi ir reikalingi, atlieka socialinę praktiką.

Aukštesnių klasių mokiniai savanoriai yra teigiamas pavyzdys jaunesniems mokiniams, parama ir informacijos šaltinis. Jie padeda susigaudyti ir suprasti mokymosi programos dalykus, palaikyti santykius, teisingai pasirinkti draugus, pakelia jaunesniųjų pasitikėjimą savimi ir savęs vertinimą.

Savanoriais gali tapti moksleiviai:

- turintys tinkamą motyvaciją padėti jaunesniems mokiniams;
- pakankamai subrendę;
- sugebantys įsipareigoti ilgesniam laikui;
- sėkmingai įveikę atrankos procedūras;
- pabaigę savanorių parengimo kursus;
- mokantys pasinaudoti programos vadybos ir palaikymo priemonėmis.

BIG BROTHERS BIG SISTERS MOKYKLOJE DRAUGYSTĖS POROS SUDARYMAS IR PROFESINĖ PRIEŽIŪRA

Savanorio ir jaunesnio mokinio draugystės porą **sudaro programos koordinatorius remdamasis:**

- duomenimis apie savanorį ir mokinį, jų interesus ir poreikius;
- mokytojų ir tėvų rekomendacijomis;
- draugystės taisyklėmis, nusakančiomis, kaip savanoris ir mokinys bendraus;
- draugystės gairėmis, kokius moksleivio poreikius turi patenkinti draugystė.

Savanorio ir mokinio draugystė vyksta mokykloje nustatytu laiku ir nustatytoje vietoje, poros veiklą apibrėžia koordinatorius su savanoriu ir vaiku. Programos koordinatorius reguliariai konsultuoja ir profesiskai prižiūri poros draugystę ir vertina rezultatus.

BIG BROTHERS BIG SISTERS MOKYKLOJE PROGRAMOS KOORDINATORIUS

BBBS mokykloje programos koordinatoriumi gali būti aukštąjį mokslą baigęs pedagogas, socialinis pedagogas, psichologas ar kitas mokyklos darbuotojas, išklauses BBBS mokykloje programos vadybos kursus ir gavęs pažymėjimą.

Šio mokymo metu programos koordinatoriai praktikuojasi, kaip sėkmingai bendrauti su tėvais bei savanoriais. Labai svarbi *Big Brothers Big Sisters* programos mokykloje dalis yra savanorių mokymai, taigi smulkiai aptariama būtiniausias mokymų temas, trukmė, įgūdžių formavimo metodai, žinių apie amžiaus tarpsnius bei krizes efektyvesni perteikimo būdai.

Iš projekte dalyvavusių mokyklų patyrimo galime daryti išvadą apie tai, kad sėkmingam programos įgyvendinimui reikia įvertinti terpę, kurioje ketiname programą įgyvendinti, taip pat numatyti partnerius ir programos dalyvius, identifikuoti, kam reikalinga programa bei kokios yra programos išlaikymo ir plėtojimo galimybės.

BBBS mokykloje koordinatorių funkcijos yra:

1. Poreikio BBBS mokykloje programai įvertinimas.
2. Programos strategijos parengimas.

3. Programos pristatymas ir sklaida.
4. Programos procedūrų ir taisyklių sudarymas.
5. Programos įgyvendinimas.
6. Savanorių atrankos, mokymo, vadybos procedūrų įgyvendinimas.
7. Moksleivių nukreipimo, įvertinimo ir vadybos procedūrų įgyvendinimas.
8. Draugystės porų sudarymas ir porų profesinė priežiūra.
9. Finansavimo šaltinių vadyba.
10. Programos rezultatų įvertinimas.

Taip pat aptariant darbo eigą išaiškėjo, kad renkant vaikus, tinkančius programai, labai svarbu yra geras bendradarbiavimas su pradinių ir vidurinės mokyklos žemesnių klasių mokytojais. Jų pagalba yra labai svarbi motyvuojant tėvus, kad jie leistų savo vaiką dalyvauti programoje BBBS mokykloje.

REZIUMĖ

Big Brothers Big Sisters programa, atkeliavusi iš JAV, rado savo vietą ir Lietuvoje, įvairiuose jos miestuose bei mokyklose. Individualus savanorio darbas su moksleiviu duoda daug naudos sėkmingai moksleivių brandai bei savivertės formavimuisi. Manome, kad šią programą verta įgyvendinti ir kitose respublikos mokyklose kaip labai sėkmingą programą vaikų agresyvumui mažinti bei socialiai piimtiniais elgesio būdams formuoti. Rekomenduojame *Big Brothers Big Sisters* mokykloje programą vykdyti Lietuvos mokyklose, kadangi ši programa mokiniams turi prevencinį ir ugdantį poveikį, stabdo agresyvumą, mažina atskirtį ir yra įtraukianti pačios mokyklos mokinius bei mokytojus, aktyvina jų pilietiškumą per savanorišką darbą.

ANTRAS ŽINGSNIS

(Second Step)

Žydrė Arlauskaitė

Vis dažniau keliamas klausimas, ką reikėtų daryti, kad vaikai nebūtų tokie agresyvūs. Mokytojai ir tėvai nebežino, kas padėtų vaikams pasikeisti, valdyti savo emocijas ir racionaliau spręsti savo problemas. Vaikystėje atsiradusios emocinės, socialinės spragos vėliau neišnyksta, o tik pagilėja, ir tada mums belieka stebėtis, iš kur tiek daug agresyvumo, žiaurumo, nesupratingumo, pavydo ir nedraugiškumo yra mūsų visuomenėje. Todėl reikia keisti šią situaciją nesitikint, jog ji savaime pagerės. Būtent tam yra skirta Paramos vaikams centro vykdoma pasaulinė programa „Second Step“.

Programos „Second Step“ esmė - mažinti vaikų agresyvių elgesį, padėti vaikams pasiekti sėkmę moksle bei gyvenime. Pati programa skirta 5 – 15 metų vaikams. Šiuo metu Paramos vaikams centras yra išvertęs ir pritaikęs programą pirmos klasės mokiniams.

Programa „Second Step“ remiasi trimis pagrindiniais socialiniais gebėjimais:

- empatija arba atjauta,
- impulsų kontrole bei problemų sprendimu,
- pykčio valdymu.

Šių socialinių bei emocinių įgūdžių vaikai mokomi modeliuojant gyvenimiškas situacijas, kartojant išmokus įgūdžius bei gaunant teigiamus mokytojo pastiprinimus. „Second Step“ programa moko vaikus, kaip susitvarkyti su savo jausmais, atsispirti impulsyviam elgesiui, išspręsti konfliktus, išspręsti problemas ir suprasti savo elgesio pasekmes. Vaikai, kurie dalyvavo „Second Step“ programoje, pradėjo labiau pasitikėti savimi, pagerėjo jų mokymosi rezultatai. Psichologiniai tyrimai rodo tiesioginį ryšį tarp vaikų socialinių – emocinių įgūdžių bei pasiekimų moksle, t.y. vaikas gali susikoncentruoti bei motyvuotai mokytis tik patenkinęs savo socialinius poreikius, būdamas suprastas bei stabilioje psichologinėje aplinkoje.

PROGRAMOS „SECOND STEP“ VYKDYMAS

Programos medžiagą sudaro 26 didelių kortų komplektas bei vaizdajuostė.

Viena korta skirta vienai pamokai. Vienoje kortos pusėje yra fotografijos su gyvenimiškomis situacijomis, o kitoje pusėje, kurią priešais save laiko mokytojas, – atskiros pamokos apie empatiją, impulsų kontrolę, problemų sprendimą ir pykčio valdymą. Per savaitę vedama viena arba daugiausia dvi pamokos. Per savaitę – per pertraukas, per pamokas, iškilus įvairioms situacijoms, – pakartojami išmukti įgūdžiai bei pastiprinami mokytojo pritarimu.

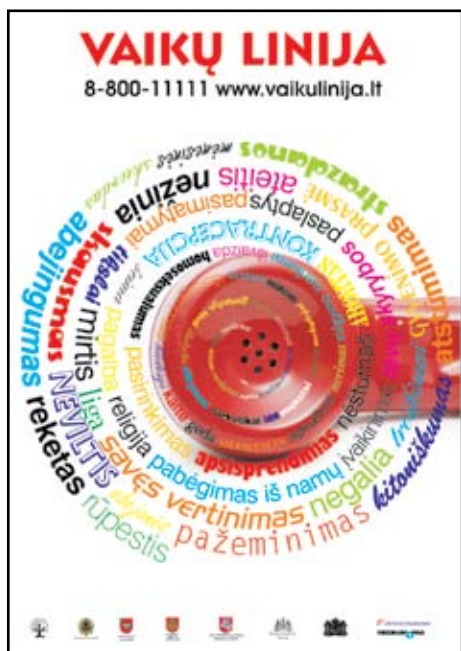
Penkios pamokos vedamos, remiantis medžiaga, parodyta vaizdajuostėje.

Programą gali vykdyti tik apmokymuose dalyvavę mokytojai, ir išmokę taikyti ir įgyvendinti programą savo klasėje. Išsiaiškinamos galimos kliūtys, aptariamai kylantys klausimai modeliuojant programos vykdymą.

VAIKŲ LINIJA

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Vaikų linija – tai tarnyba, teikianti pagalbą vaikams ir paaugliams telefonu ir internetu. Vaikai ir paaugliai iki 18 metų gali kreiptis į *Vaikų liniją* dėl įvairiausių jiems iškilusių sunkumų – nesutarimų ir konfliktų su draugais, tėvais ar mokytojais, sunkumų moksluose, kai jaučiasi vieniši ar nemylimi, o taip pat dėl įvairių kitų rūpesčių, kuomet sunku ir norisi pasitarti. Per dieną ši tarnyba vidutiniškai atsiliepia į 240 skambučių, jos veiklą užtikrina 3 centrai Vilniuje, Kaune ir Klaipėdoje. Pagalbos poreikis šiuo metu gerokai viršija *Vaikų linijos* galimybes – 2005-2006 metais bandymų prisiskambinti buvo užregistruota apie 45 kartus daugiau, nei galėta atsiliepti. *Vaikų linija* gina vaikų interesus, todėl nuolat kelia diskusiją visuomenėje apie vaikams aktualias problemas ir siūlo galimus jų sprendimus.

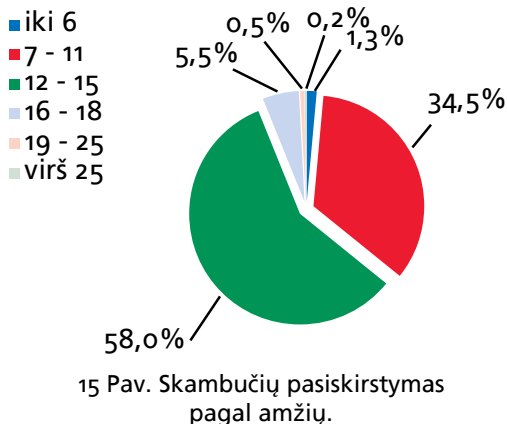


PAGALBOS POBŪDIS

Nemokamu telefonu į *Vaikų liniją* paskambinę vaikai ir paaugliai yra išklausomi, sulaukia rūpesčio ir palaikymo, kartu su konsultantais gali ieškoti jiems tinkamiausio sprendimo. Kitas būdas papasakoti apie iškilusius rūpesčius ir sunkumus bei sulaukti pagalbos – elektroninis laiškas personažui Klausučiui, kurį vaikai ir paaugliai gali parašyti užsiregistravę *Vaikų linijos* svetainėje internete (www.vaikulinija.lt). Atsakymus vaikams Klausučio vardu parengia *Vaikų linijos* konsultantai. Vaikai, neturintys galimybės naudotis internetu, gali gauti pagalbą įprastu paštu. *Vaikų linijoje* laikomasi anonimiškumo ir konfidencialumo: pagalbos besikreipiančiam vaikui nebūtina prisistatyti, o informacija apie jį ir jo gyvenimą lieka tarnyboje.

KONSULTANTAI

Pagalbą vaikams teikiantys konsultantai yra atrinkti pagal *Vaikų linijos* nustatytus kriterijus bei apmokyti 8 mėnesius trunkančiuose kursuose. Dalis jų – profesionalūs psichologai, įgudę konsultuoti telefonu. Tik sėkmingai išklausę bei perpratę metodinę medžiagą, atitinkantys pasirengimo darbui prie telefono kriterijus, asmenys leidžiami konsultuoti vaikus telefonu. *Vaikų linijos* konsultantai turi nuolat tobulinti konsultavimo telefonu įgūdžius, jiems yra organizuojami

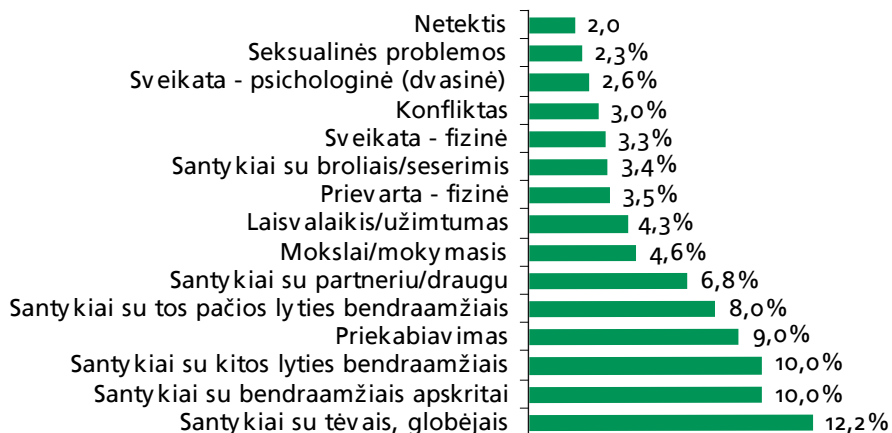


15 Pav. Skambučių pasiskirstymas pagal amžių.

kvalifikacijos kėlimo užsiėmimai, jie nuolat gauna informaciją apie psichinės sveikatos klausimais organizuojamas paskaitas ir seminarus. Didžiuma *Vaikų linijos* konsultantų yra savanoriai. *Vaikų linija* nuolat kviečia į jų gretas įsijungti įvairaus amžiaus ir profesijų žmones.

KAS IR KODĖL KREIPIASI PAGALBOS

Vaikų linijos patirtis rodo, kad dažniausiai į liniją skambina paaugliai nuo 12 iki 15 metų (58% skambučių), apie trečdalį skambinančiųjų sudaro 7-11 metų amžiaus vaikai (34,5% skambučių), o kitų amžiaus grupių skambinančiųjų skaičius nėra didelis. Berniukai į *Vaikų liniją* skambina dažniau nei mergaitės.



16 Pav. Dažniausiai minimi sunkumai.

Į *Vaikų liniją* skambinantys vaikai dalijasi pačiais įvairiausiais rūpesčiais. Dažniausiai yra minimi sunkumai susiję su bendravimo, socialine, santykių sfera: nesutarimai su tėvais, sunkumai bendraujant su kitos ir tos pačios lyties bendraamžiais, su artimu draugu (-e). Nemažai vaikų pasakoja ir apie priekabiavimą, tyčiojimąsi mokykloje ir kt.

Vaikų linija sulaukia daug trumpų skambučių, kuriuose nėra kalbama apie kokį nors konkretų sunkumą. Tikrindami tarnybą ar smalsaudami vaikai gali paskambinti ir padėti ragelį, ilgai tylėti, juokauti, išdykauti ar keiktis. Vaikams paprastai yra sunkiau kalbėti apie nerimą keliančius dalykus, tad apie savo sunkumus jie dažnai „signalizuoja“ minėtais būdais.

KAMPANIJA „NUSTOK TYČIOTIS“

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

Vaikų linija kampaniją „Nustok tyčiotis“ pradėjo vykdyti 2004 m. vasario mėnesį.

Kampanija yra siekiama skatinti draugiškus vaikų, suaugusiųjų tarpusavio santykius ir kurti saugią mokyklą, kurioje būtų mažiau patyčių ir smurto.

KAMPANIJOS UŽDAVINIAI

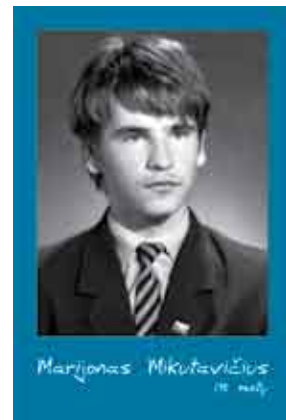
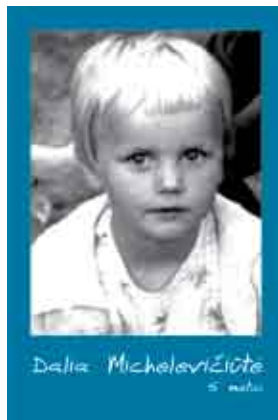
- Siekti, kad patyčių reiškinys būtų įvardytas kaip viena svarbiausių problemų Lietuvos mokyklose.
- Siekti, kad valstybės institucijos aktyviai dalyvautų diegiant moderniausias smurto prevencijos programas.
- Formuoti nuostatą, kad patyčios yra nenormalus reiškinys, kurio mastą galima ženkliai sumažinti.
- Mokyti mokyklų bendruomenes modernių patyčių prevencijos metodu.
- Informuoti visuomenę apie patyčių mastą bei efektyvias patyčių prevencijos programas.

KAMPANIJOS „NUSTOK TYČIOTIS“ VEIKLOS

Mokymo seminarai mokyklų darbuotojams „Patyčių ir agresyvaus elgesio prevencija mokyklose“

Šiais mokymo seminarais yra siekiama aktualizuoti priekabiavimo problemą, keisti klaidingas visuomenės nuostatas apie patyčių reikšmę ir poveikį vaikams, aptariant pagrindinius patyčių prevencijos mokyklose principus. Šie seminarai sulaukia didelio mokyklų susidomėjimo.

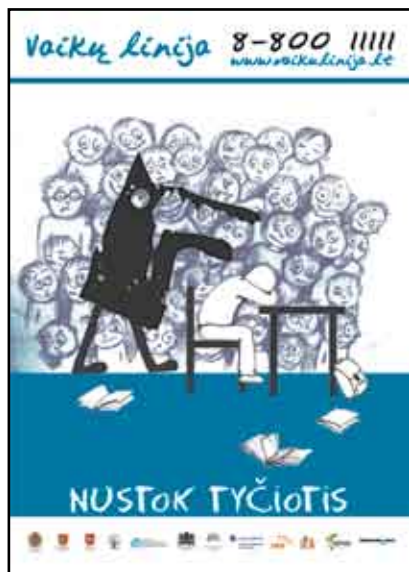
Patyčių problemos kėlimas pasitelkiant visuomenei žinomus žmones



2006 m. *Vaikų linija* pakvietė Liviją Gradauskienę, Dalią Michelevičiūtę ir Marijoną Mikutavičių dalyvauti kampanijoje „Nustok tyčiotis“. Žinomų žmonių įtraukimas gali padėti atkreipti dėmesį į patyčių problemą. Su šių žmonių vaikystės nuotraukomis ir jų vaikystės istorijomis apie patyčias išleistas kortelės bus išsiųstos visiems 4-5 klasių moksleiviams. Šiame projekte jau yra dalyvavę Nomeda Marčėnaitė ir Vytautas Šerėnas.

Patyčių prevencinės programos įgyvendinimas konkrečiose mokyklose

2006-2007 m. Vaikų linija įgyvendina patyčių prevencijos programą trijose Vilniaus mokyklose, įtraukdama visus mokyklos bendruomenės narius – administraciją, mokytojus, moksleivius, moksleivių tėvus. Taip pat bus vertinamas šios prevencinės programos efektyvumas, taigi mokyklos galėtų tapti pavyzdžiu kitoms Lietuvos mokykloms.



Informacinė medžiaga apie patyčias

Svarbus kampanijos uždavinys – informuoti visuomenę apie patyčias, jų mastą, pasekmes – yra įgyvendinamas leidžiant ir platinant informacinę medžiagą, skirtą įvairioms visuomenės grupėms. Nuo kampanijos vykdymo pradžios tarnyba yra išleidusi:

- Knygelę specialistams apie patyčių prevenciją;
- Lankstinuką vaikams apie patyčias;
- Lankstinuką tėvams apie patyčias;
- Korteles vaikams apie patyčias.

Knyga, kurią dabar laikote rankose, yra skirta vykdyti efektyviai patyčių prevencijai mokykloje. Joje pateikiame struktūruotas žinias apie patyčias, aprašome įvairiose pasaulio šalyse naudojamus metodus, padedančius mažinti patyčių mastą mokyklose, bei pateikiame gaires, kaip efektyviai vykdyti patyčių prevenciją, į ją įtraukiant visus

mokyklos bendruomenės narius – administraciją, mokinius, mokytojus bei tėvus. Leidinys skirtas mokyklų darbuotojams: pedagogams, administracijai, socialiniams pedagogams, psichologams.

Interneto svetainė „Nustok tyčiotis“

Vaikų linija planuoja sukurti interneto svetainę – virtualią erdvę vaikams ir suaugusiems, padėsiančią spręsti patyčių problemas. Svetainėje būtų pateikiama informacija apie užsienyje veikiančias veiksmingas priemones ir programas, būtų pristatomi Lietuvoje vykdomi sėkmingi projektai, pristatoma įvairių valstybinių ir nevyriausybinių organizacijų veikla vykdančią agresyvaus elgesio prevenciją mokyklose. Ji būtų skirta moksleiviams, tėvams, mokykloms (administracijai, mokytojams, specialistams – psichologams, soc. pedagogams), žiniasklaidai, tyrinėtojams bei plačiajai visuomenei.

Svetainėje būtų pateikiamos įvairios idėjos, rekomendacijos tiek vaikams, tiek suaugusiems, ką galima daryti su šiuo reiškiniu, pristatomi mitai ir faktai apie patyčias, tyrimai, informacija apie literatūrą, dokumentiniai ir kitokie filmai, užsiėmimai moksleiviams, straipsniai žiniasklaidoje, efektyvių patyčių ir smurto prevencinių programų aprašymai.

Taip pat planuojama rengti ir platinti informacinį biuletinį mokykloms, kuriame būtų pristatomos naujausios idėjos, kylančios vykdančios smurto ir agresyvaus elgesio prevenciją mokyklose.

Dokumentinis filmas apie patyčias mokyklose

Vaikų linija planuoja sukurti filmą apie patyčių problemas mokyklose, kuriame būtų

vaizdžiai pateikiamas patyčių reiškiny, – kaip vaikai išgyvena šią problemą, kaip tėvai ją sprendžia, ką mano mokyklos administracija ir pan. Taip pat būtų pristatomos idėjos, kaip spręsti šią problemą mokyklų bendruomenėse. Filmas galėtų būti naudojamas kaip mokymo priemonė ugdymo įstaigose.

Filmų adaptavimas

Apie pusvalandį trunkančių dokumentinių filmų „Rask laiko pasirūpinti“ („Taking time to care“) bei „Nekentėk tyloje“ („Don't suffer in silence“) įgarsinimas ir platinimas šalies mokyklose yra viena iš psichologinę pagalbą vaikams teikiančios tarnybos *Vaikų linija* įgyvendinamos kampanijos „Nustok tyčiotis“ dalių. Filmai buvo įgarsinti lietuviškai *Vaikų linijai* ir *Paramos vaikams centrui* įgyvendinant EK Daphne programos remiamą projektą „Kuriant mokyklas be patyčių Lietuvoje ir Latvijoje“. Filmų įgarsinimą parėmė ir projektą kofinansavo UAB „Čilija“.



Apyrankės „Be patyčių“

Vaikų linija 2007m. išleido apyrankes „Be patyčių“. Šios apyrankės yra simbolis, reiškiantis, kad bendrauti galima be patyčių ir pažeminimo.

Apyrankės buvo pristatytos 2007 m. gegužės mėnesį – garsūs šalies žmonės: politikai, verslininkai, žurnalistai, visuomenės veikėjai, išreikšdami savo palaikymą *Vaikų linijos* vykdomai veiklai ir siekdami atkreipti dėmesį į patyčių

problemą, pirmieji pasipuošė akcijos apyrankėmis. Vėliau apyrankės buvo dalinamos mokyklose, suaugę ir vaikai šias apyrankes galėjo gauti parašę savo mintis apie patyčias *Vaikų linijos* interneto svetainėje.

REKOMENDACIJOS TĒVAMS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

AR JŪSŪ VAIKAS PATIRIA BENDRAAMŽIŲ TYČIOJIMĄSI?

Nēra specifinū ženklu, rodančiu, kad Jūsū vaikas patiria kitū bendraamžiu patyčias ar priekabas. Tačiau gali būti, kad Jūsū vaikas sunkiai bendrauja su vienmečiais ir, galbūt, patiria jų tyčiojimąsi. Jei pastebėjote, kad vaikas:

- grįžta iš mokyklos su sugadintais daiktais, praradęs daiktą ar pinigus,
- turi mėlynių, įdrėskimų ar panašių žymių,
- pradėjo eiti kitu keliu iš namų į mokyklą,
- pradėjo nenorėti eiti į mokyklą be jokios aiškios priežasties,
- grįžęs iš mokyklos būna irzlus, nuliūdęs ar neįprastai emociingas.

KUO GALITE PADĖTI SAVO VAIKUI, JEIGU JIS PATIRIA BENDRAAMŽIŲ PATYČIAS?

Sužinojus apie tai, kad Jūsū vaikas patiria bendraamžiu patyčias, jums gali būti pikta arba liūdna. Kartais Vaikų linijai vaikai pasakoja, kad nedrįsta tėvams sakyti apie patiriamas patyčias, nes bijo nuliūdinti savo tėvus. O kartais vaikai nepasakoja tėvams apie patyčias, nes baiminasi, kad tėvai jais nepatikės arba tiesiog pasakys „Nekreipk dėmesio!“.

- Jei vaikas papasakoja Jums, kad patiria bendraamžiu patyčias, pirmiausia išklauskite jį. Leiskite vaikui išpasakoti viską, kas jam nutiko.
- Pasakodamas apie bendraamžiu patyčias vaikas gali manyti, kad yra skundikas. Būtinai pasakykite savo vaikui, kad jis gerai padarė, papasakodamas Jums apie tai.
- Nepulkite sakyti „Nebūk skystablauzdis, juk tave tik erzina!“, „Visa tai praeis...“, „Tvarkykis su tuo pats“. Negalvokite, kad vaikas pats vienas susitvarkys su patyčiomis. Jei vaikas pasakoja Jums apie tai, kas vyksta, jis prašo Jūsū pagalbos.
- Nekaltinkite vaiko dėl patiriamų patyčių, sakydami: „Pats esi kaltas dėl to...“ Vaikai nekalti dėl to, kad iš jų tyčiojasi.
- Galbūt Jūs nujaučiate, kad Jūsū vaikas patiria patyčias, tačiau nedrįsta Jums nieko pasakoti. Tuomet gal galite paklausti apie tai savo vaiko draugų ar mokytojų.
- Labai svarbu, kad Jūsū vaikas kam nors papasakotų apie patiriamas patyčias. Jeigu jis atsisako apie tai kalbėti su Jumis, pasiūlykite jam pasikalbėti su kuo nors kitu – šeimos nariu, mokytoju arba paskambinti į Vaikų liniją.
- Kai Jūsū vaikas papasakoja apie patyčias, labai svarbu, kaip Jūs reaguojate ir elgiatės toliau. Nevertėtų elgtis skubotai, pavyzdžiui, pulti susitikti ir pasikalbėti su besityčiojančio vaiko tėvais. Gali būti, kad būtent tokio elgesio Jūsū vaikas bijo. Jis gali baimintis, kad dėl to patyčios tik dar labiau sustiprės.
- Būtinai aptarkite kartu su vaiku, ką ir kaip toliau daryti. Galbūt Jūs galite vaikui pasiūlyti užrašyti, kaip iš jo tyčiojamosi.
- Aptarkite galimybę drauge nueiti pasikalbėti su mokytojais. Gali būti, kad vaikas norės kalbėtis ne su savo auklėtoju, o su kitu mokytoju, su kuriuo kalbėdamas jis jausis saugiai.
- Labai svarbu, kad Jūs kalbėtumėtės su mokytojais apie patyčias, kad jie žinotų, kas vyksta. Gali būti, kad šaipomasi ne tik iš Jūsū vaiko, bet ir iš kitų vaikų. Negalvokite, kad Jūs keliate nemalonumus mokytojams ar bereikalingai eikvojate jų laiką. Jūs galite pasikalbėti ir su mokyklos direktoriumi ar direktoriaus pavaduotoju ir su jais pasitarti, kaip reaguoti į situaciją ir elgtis toliau.

- Prisiminkite: sumažinti ar sustabdyti patyčias – ne vieno žmogaus jėgoms. Efektyviam šios problemos sprendimui reikalingas aktyvus mokytojų, mokyklos administracijos, tėvų ir moksleivių įsitraukimas.
- Patyčios nesiliauja iš karto. Tam reikia laiko. Padrąsinkit savo vaiką ir toliau pasakoti Jums apie tai, kas vyksta.
- Labai svarbu, kad savo vaikui sakytumėte, jog jį mylite ir stengiatės padaryti viską, kas įmanoma, kad jis jaustųsi saugus.

JEIGU JŪSŲ VAIKAS TYČIOJASI IŠ KITO...

Jūs galite nujausti, kad Jūsų vaikas tyčiojasi iš kitų vaikų, jei pastebėjote, kad jis yra linkęs su bendraamžiais elgtis agresyviai, kilusius nesutarimus ar konfliktus spręsti jėga, arba netikėtai įsigyja pinigų, namo parsineša Jums nematytų daiktų, kurių jis pats negalėtų nusipirkti.

Sužinoję apie priekabiaujantį savo vaiko elgesį, Jūs galite labai nusivilti savo vaiku ar supykti ant jo. Gali kilti mintis nubausti vaiką. Tačiau geriau susilaikyti ir pamėginti suprasti, kas skatina jį taip elgtis. Kas galėtų skatinti jį tyčiotis iš kitų vaikų? Kartais vaikai pradeda tyčiotis reaguodami į kažkokius įvykius. Galbūt buvo kokių nors svarbių pasikeitimų ar įvykių šeimoje ar mokykloje? Galbūt vaikas turi kažkokių sunkumų mokykloje, su kuriais jis pats nesusitvarko? Galbūt iš Jūsų vaiko taip pat kas nors tyčiojosi? O gal jūsų vaikas nežino, kad tai yra netinkamas ir kitą žeidžiantis elgesys?

SUŽINOJĘ, KAD JŪSŲ VAIKAS TYČIOJASI IŠ KITŲ:

- Pirmiausia pamėginkite ramiai pasikalbėti su savo vaiku apie tai, kas vyksta. Paskatinkite jį kalbėti ir papasakoti, kas skatina jį taip elgtis. Galbūt Jūsų vaikui reikalinga Jūsų pagalba?
- Jei nepavyksta su vaiku pasikalbėti iš pirmo karto, turėkite kantrybės. Parodykite vaikui, kad Jums rūpi, kas vyksta, ir esate sunerimęs dėl jo.
- Siekiant sumažinti vaiko agresyvumą, gali prireikti ir kitų žmonių pagalbos: kitų šeimos narių, mokyklos psichologo, auklėtojo ar mokytojo.
- Nesitikėkite staigių vaiko elgesio pokyčių. Gali reikėti daug pastangų ir laiko, kad patyčios sumažėtų.

JEI JŪSŲ VAIKAS YRA STEBĖTOJAS...

Nemažai mokinių vengia įsitraukti į stebimas patyčias ir padėti skriaudžiamam vaikui, nors ir išgyvena dėl vykstančių patyčių. Vaikai, stebintys patyčias, vengia aktyviai į jas reaguoti, nes galvoja, kad:

- patyčios gali atsisukti prieš juos;
- jie dar labiau gali pakenkti aukai;
- nesulauks jokio palaikymo iš kitų moksleivių ar mokytojų.

Nesvarbu kokiame vaidmenyje yra vaikas – patyčios veikia kiekvieną. Todėl yra labai svarbu ugdyti tokius vaikų įgūdžius, kurie padėtų vaikams išdrįsti kalbėti apie tai, kas vyksta ar aktyviai reaguoti į vykstančias patyčias. Jūs galite padėti vaikams suprasti, kad nuo kiekvieno vaiko priklauso saugumas mokykloje ir kad tylėjimas tik gilina problemas, o ne padeda jas spręsti.

Sužinoję, kad jūsų vaikui tenka stebėti patyčias, skatinkite vaiką pasakoti apie tai: kas vyksta, kaip jūsų vaikas jaučiasi, kaip jis stengiasi reaguoti. O kartu aptarkite su vaiku jo baimes, galimus reagavimo į patyčias būdus. Kartais gali būti labai svarbu, kad apie sužinotas patyčias pranešumėte klasės auklėtojui.

REKOMENDACIJOS VAIKAMS

Robertas Povilaitis, Jurgita Smiltė Jasiulionė

KAS YRA PATYČIOS?

Patyčios – įvairus elgesys, kai vaikai tyčiojasi vieni iš kitų. Patyčios – tai:

- kabinėjimasis,
- pravardžiavimas,
- erzinimas,
- stumdymas,
- mušimas,
- pinigų atiminėjimas,
- kuprinės, sąsiuvinų ar kitų Tavo daiktų atiminėjimas,
- apkalbinėjimas,
- ignoravimas,
- gąsdinimas,

PATYČIOS VYKSTA:

- Mokykloje: klasėje, tualetuose, sporto salėje ir pan.
- Pakeliui į mokyklą ar grįžtant iš jos.
- Autobuse.
- Parke ir kitur, kur Tu leidi laiką.

KAIP JAUČIASI VAIKAI, KAI JIE PATIRIA PATYČIAS?

Labai skaudu, kai iš Tavęs tyčiojasi ar Tave žemina. Tuomet gali jaustis išgąsdintas ir nelaimingas. Tai gali būti taip skaudu ir nemalonu, kad gali būti sunku susikaupti bei mokytis. Patyčios gali versti jaustis taip, lyg Tu būtum blogesnis už kitus. Priekabautojai stengiasi, kad Tu pats pasijustum kaltas dėl to, kas vyksta.

KODĖL PRIEKABIAUJAMA?

Vaikai ir paaugliai, kurie priekabiauja prie kitų vaikų, dažniausiai turi savų problemų. Jie gali jaustis liūdni ar pikti. O gal jie turi problemų namie?

Galbūt prie jų irgi kas nors priekabiauja, pavyzdžiui, jų šeimoje ar kur kitur?

Bijodami, kad kažkas gali prisikabinti prie jų, jie stengiasi pirmi tai padaryti.

Kaip elgtis, kai patiri patyčias?

Atmink, kai Tu patiri patyčias – TAI NE TAVO KALTĖ! JEI IŠ TAVĖS TYČIOJASI TU NETURI SU TUO KOVOTI VIENAS!

- PAPANAKOK. Pats svarbiausias dalykas, kurį gali padaryti, kai iš Tavęs tyčiojasi, – tai papasakoti apie tai kam nors. Pasakyk draugui, kas vyksta, – priekabautojui bus sunkiau užsipulti Tave, kai turi draugą ir jis Tave palaiko. Arba gali pakalbėti apie tai su kuo nors iš suaugusiųjų – tėvais, mokytojis ar su kuo kitu, kuo Tu pasitiki ir kas Tau galėtų padėti. Nebijok pasakyti apie priekabautojus, nes jie elgiasi neteisingai ir neturi teisės skriausti nei Tavęs, nei kitų vaikų. Jei kam papasakojai, bet tai nepadėjo nenusimink! Tu gali pasakyti apie tai dar kam nors. Ir visada prisimink tai ne – Tavo kaltė.

- **NEKREIPK DĒMESIO** į priekabiuotojus. Ryžtingai, tvirtai pasakyk „Ne“, po to apsisuk ir nueik savo keliu. Nebijok, kad žmonės galvos, jog Tu esi bailys ir pabėgi. Tai netiesa. Tiesiog taip priekabiuotojui daug sunkiau Tave erzinti.
- **VENK** tų vietų, kuriose dažnai lankosi priekabiuotojai. Gali būti, kad turėsi eiti kitu keliu į mokyklą, vengti tam tikrų mokyklos ar žaidimo aikštelės vietų, eiti į drabužinę ar tualetą tik tuomet, kai ten bus kitų žmonių. Tai Tau gali padėti išvengti nemalonaus susidūrimo su priekabiuotojais.
- **UŽSIRAŠYK** viską, kas Tau nutinka, visas įvykių detales, o taip pat ir savo jausmus. Pirma, tai padės Tau lengviau viską įsisąmoninti, įprasminti. Antra, kai nuspręsi kam nors apie tai viską papasakoti, bus lengviau įrodyti savo tiesą, kai turėsi užrašus.
- **NEPULK PRIEŠINTIS** priekabiuotojams, ypač jei jauti, kad jėgos nelygios. Dažniausiai priekabiuotojai yra stipresni už Tave arba yra keliese, todėl jaučiasi saugiai tyčiodamiesi iš Tavęs. Jei pasipriešinsi, gali būti, kad situacija dar tik pablogės: Tave gali sumušti arba gali būti apkaltintas tuo, kad pirmas pradėjai konfliktą arba muštynes.
- **NEBŪK VIENAS**. Dažniausiai priekabiuotojai puola vaikus ir paauglius, kurie yra vieni. Labai svarbu, kad Tu jaustumėsi saugus. Stenkis kuo mažiau laiko būti vienas. Pavyzdžiui, namo eik su draugais arba, jei jautiesi nesaugus, paprašyk ko nors eiti su Tavim.

KAIP GALIMA PADĖTI KITAM?

Galbūt Tu pats nepatiri patyčių, bet pažįsti skriaudžiamą vaiką. Gal jis ir nėra Tavo draugas, gal mokosi kartu su Tavimi ar yra tiesiog pažįstamas. Gal kada matei, kaip kažkas iš mokinių kabinėjosi prie vaiko, kurį Tu pažįsti? Ar pagalvojai, ką galima būtų padaryti? Gal pagalvojai, kad Tu vis tiek nieko negali pakeisti?

TU GALI PADĖTI!

- **BŪK DRAUGIŠKAS** su vaiku, kuris patiria patyčias. Parodyk jam, kad Tu matai, kas su juo vyksta ir kad tai Tau rūpi. Jei gali, pasistenk dažniau būti su juo – priekabiuotojams bus sunkiau tyčiotis, kai jis bus ne vienas.
- **PARAGINK** vaiką, kuris patiria patyčias, pasipasakoti kam nors, pvz., žmogui, kuriuo jis pasitiki.
- **PAPASAKOK** kam nors apie tai, ką matei. Kartais vaikai, patiriantys patyčias, patys nedrįsta niekam pasakoti, bijo, kad jais nepatikės. Atmink, kad priekabiuotojai taip pat dažnai bijo, kad kas nors sužinos apie tai, kaip jie elgiasi. Todėl labai svarbu, kad kas sužinotų, kas vyksta, o Tu gali papasakoti!
- **NESITYČIOK**, nors taip elgiasi Tavo draugai. Lengva prisijungti prie kitų vaikų ir priekabiuoti prie ko nors, kas yra už kitus silpnesnis. Nesityčiodamas Tu parodysi priekabiuotojams, kad galima elgtis ir kitaip.

LITERATŪRA

1. Berkovic L. Agresija: pričiny, posledtsvyja i kontrol. Moskva, Olma Press, 2002.
2. Bullying: Don't Suffer in Silence an anti-bullying pack for schools. Department for Education and Employment, United Kingdom, 2002.
3. Call it safe: a parent guide for dealing with harassment and intimidation in secondary schools, BCCPAC, 2003.
4. Child maltreatment death in rich nations. Innocenti report card, Issue No.5, Unicef, 2003.
5. Eslea M., Smith P.K. If anybody hits you, hit them back!: parent and pupil attitudes towards. bullying in primary schools, 14 Meetings of ISSBD, Quebec City, Canada, August 1996.
6. Focus on Bullying. A Prevention Program for Elementary School Communities. British Columbia, 1999.
7. Focus on Harassment and intimidation. Responding to Bullying in Secondary School Communities. British Columbia, 2001.
8. Gilligan J. Smurto prevencija. Vilnius, 2002.
9. Goldy C. Breaking the Cycle of Bullying. NCESD, 2002.
10. Helping our kids live violence free: parent's guide, British Columbia's Ministry of Education, 2000.
11. Krahe B. The Social Psychology of Aggression. Psychology Press, 2001.
12. Lietuvių kalbos žodynas. Lietuvių kalbos institutas, Vilnius, 2002.
13. Mihalic S., Irwon K., ir kt. Blueprints for Violence Prevention. Juvenile Justice Bulletin, July 2001.
14. Oliver C., Candappa M. Tackling Bullying: Listening to the Views of Children and Young People. Queen's Printer, 2003.
15. Olweus D. Bullying at school. Oxford: Blackwell, 1993.
16. Olweus D., Limber S., Mihalic S. The Bullying Prevention Program. Blueprints for Violence Prevention. Boulder, CO: Center for the Study and Prevention of Violence, 1999.
17. Olweus, D. Bully/victim problems in school: Facts and intervention. European Journal of Psychology of Education, 1997.
18. Pearce Jh. B., Thompson A. Practical approaches to reduce the impact of bullying, Arch Dis Child, 1998.
19. Povilaitis R., Valickaitė D. Priekabiavimo paplitimas Panevėžio miesto ir rajono bendrojo lavinimo vidurinių mokyklų moksleivių populiacijoje. Visuomenės sveikata, Nr. 2 (29), 2005.
20. Preventing violence: A guide to implementing the recommendations of the World report on violence and health. WHO, Geneva, 2004.
21. Safe School Initiative: An Interim Report on the Prevention of Targeted Violence in Schools, United States Secret Service Threat Assessment Center, 2000.
22. Smith P. K., Sharp S. School bullying: Insights and perspectives. London: Routledge, 1994.
23. The European values study: a third wave. Source book of the 1999/2000 European Values Study surveys. Halman L., WORC, Tilburg University, 2001.
24. The Royal Ministry of Foreign Affairs, Oslo Press Division. King and Prime Minister in strong attack on bullying. January 2, 2003.

25. U.S. Secret Service. An Interim Report on the Prevention of Targeted Violence in Schools, 2000.
26. Valickaitė D. Vaikų psichikos sveikatos problemos mokyklose: priekabiavimo paplitimas Panevėžio miesto ir rajono bendrojo lavinimo vidurinių mokyklų moksleivių populiacijoje. Magistro darbas. Vilnius, 2003.
27. Valiukevičiūtė J. Vaikų, patiriančių bendraamžių priekabiavimą, psichologinis prisitaikymas. Magistro darbas. Vilnius, 2003.
28. Weinhold B., Weinhold J. Conflict resolution: the partnership way. Denver, 2000.
29. Wetton N., Collins M. Bullying Matters: Anti-bullying activities for use with primary aged Children.
30. World report on violence and health. World Health Organization, 2002.
31. Young people's health in context: Health behavior in school aged children (HBSC) study: international report from 2001/2002 survey. World Health Organization, 2003.

*Robertas Povilaitis
Jurgita Smiltė Jasiulionė
Aušra Kurienė
Dainius Pūras
Žydrė Arlauskaitė
Erna Petkutė
Jūratė Čižauskaitė
Vytis Valantinas*

© Paramos vaikams centras
© Vaikų linija

Dizainas: *Vitalija Duobaitė
Vaida Totilaitė*

© UAB MULTIPLEX, 2007