‌ Kaip supažindinti su patyčių reiškiniu.

Svarbu supažindinti su patyčių reiškiniu, kad vaikas galėtų atpažinti jį įvairiose situacijose. Pavyzdžiui galima su vaiku pažaisti spėliojimo žaidimą, kai jūs klausiate jeigu draugas pasijuokė iš mano aprangos, tai patyčios ar ne? Jeigu draugas kalba apie mane ir tai mane verčia jaustis nemaloniai, tai patyčios ar ne?

‌ Pakalbėti su vaiku kaip reikėtų reaguoti jeigu pastebėjo patyčias. Patyčios kaip ir bet kuri smurto forma yra griežtai stabdomos ir netoleruojamos. Todėl vaikai turi mokytis patys tai sustabdyti pavyzdžiui tokiais žodžiais "stop, man nemalonu" ir pasakyti grupės pedagogui apie įvykį. Svarbu, kad vaikai galėtų ne tik patys apsiginti, bet ir apginti kitus ir neleisti patyčioms dominuoti grupėje. Jeigu vaikas girdi ir nenutraukia patyčių - jis yra pasyvus patyčių dalyvis, todėl tai yra prisidėjimas prie negražaus elgesio. Vaikai turi jaustis atsakingi už dalykus vykstančius jų grupėje, tai padės užtikrinti visos grupės darnų vystymąsi.

‌ Siekiant įveikti patyčias, itin svarbu ugdyti vaikų emocinį intelektą. Tai padeda savo jausmų atpažinimas, supratimas, gebėjimas su jais tvarkytis, empatijos ugdymas bei suvokimas, kad situacijoje aš nesu vienas ir netgi galiu kažkam padėti. Pavyzdžiui su vaikais galima pasikalbėti, kad visos dienos būna skirtingos, todėl ir nuotaika bei emocijos kiekvieną diena gali skirtis. Naudingiausia kai su vaikais kalbame iš savo požiūrio kampo. Pavyzdžiui "Šiandien supykau, nes man nepavyko darbe susitarti su kolega" arba "Šiandien jaučiuosi liūdnas ir pavargęs, nes nepavyko gerai išsimiegoti". Taip pat svarbu vaikams papasakoti kokį jūs sprendimo būdą sugalvojote situacijai. "Einu dabar giliai pakvėpuoti, kol nurimsiu", Eisiu pasivaikščioti ir pasportuoti", "Išgersiu puodelį kavos ir pabūsiu viena(s)".