



Patyčių žala

VPSC, 2018



Smurtas, patyčios, ujimas, priekabiavimas, grupinis engimas (mobingas), grasinimai, žeminimas, nepriežiūra, užgauliojimas, niekinimas, skriaudimas, erzinimas, šaipymasis – neigiamus mūsų visuomenėje vykstančius reiškinius įvardijantys terminai, pastaruoju metu vis dažniau vartojami kasdieniame gyvenime, žiniasklaidoje, literatūroje ir politiniuose strateginiuose dokumentuose. Tokia terminų gausa ir vis augantis susidomėjimas jais rodo, kad pradėjome šiuos reiškinius atpažinti ir pripažinti. Vadinasi, yra viltis įveikti juos, sumažinti jų mastą ir padarinius. Dėl to turime sukurti veiksmingus ir visiems priimtinius būdus kovoti su šiais reiškiniais.

Šiuo leidiniu siekiame suteikti žinių, kokių žalingų padarinių gali turėti patyčios, nesvarbu, kokioje aplinkoje jos vyksta.

Kas yra patyčios

Daugiau nei prieš dešimtmetį pradėtas vartoti terminas įsitvirtino mūsų mokslinėje vartosenoje, naujienų portaluose ir kasdienėje kalboje. Sutariama, kad patyčios – viena iš smurto formų, nors šis terminas kiek dažniau vartojamas kalbant apie psichologinį smurtą. Įprasta, kad patyčios dažniau siejamos su vaikais ir mokyklos aplinka, bet yra nemažai duomenų apie jas profesinėje aplinkoje, politinėje erdvėje, kiek mažiau namų aplinkoje. Bendro sutarimo dėl šio reiškinių apibrėžties nėra, bet paprastai nurodomi keli būdingi požymiai:

- neigiamas elgesys su kitu asmeniu,
- psichologinė prigimtis,
- kartojimasis ilgesnį laiką,
- jėgų persvara,
- žalingi padariniai.

Patyčios darbe – neigiamas, dažniausiai psichologinės prigimties, per pastaruosius 6 mėnesius pasikartojantis kolegų (ir vadovų) elgesys darbe. (M. Astrauskaitė, R.M. Kern. Patyčios darbe: sampratos, paplitimo, pasekmių ir priežasčių analizė.)

Patyčios – psichologinę ar fizinę jėgos persvarą turinčio asmens ar asmenų grupės kitam asmeniui daromi tyčiniai pasikartojantys veiksmai, kuriais siekiama pažeminti jo reputaciją ar orumą, jį ižeisti, įskaudinti ar kitaip sukelti jam psichologinę ar fizinę žalą. (LR Švietimo įstatymas)

Patyčios – tai tyčiniai, pasikartojantys veiksmai, kuriuos, siekdamas ižeisti, įskaudinti kitą žmogų, sukelia psichologinę ar fizinę jėgos persvarą turintis asmuo. Dažnas patyčių termino atitikmuo – „priekabiavimas“, tačiau jis neretai yra suvokiamas labai siaurai – kaip seksualinis priekabiavimas. Lietuvių kalboje nėra tikslaus termino, kuris atspindėtų visą elgesio įvairovę būdingą patyčioms. Galima rasti įvairių žodžių, skirtų šiam reiškiniui įvardinti: priekabiavimas, priekabės, užgauliojimas, ujimas, kabinėjimasis, pažeminimas, erzinimas. (Wikipedia)

Patyčių paplitimas

Pasaulio sveikatos organizacija kas ketverius metus atlieka tarptautinę mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo (angl. *Health Behaviour in School-aged Children*) tyrimą ir apklausia 11–15 metų amžiaus moksleivius. 2013–2014 m. atlikto tyrimo duomenimis, Lietuvoje dažnai patyčias patirdavo 31,2 proc. berniukų ir 27,7 proc. mergaičių.

Palyginus 1994–2014 m. tyrimo duomenis matyti, kad patyčių tarp šio amžiaus vaikų mažėja. Vis dėlto, palyginti su kitomis šalimis, patyčių dažnis Lietuvos mokyklose kol kas yra vienas didžiausių. Gera žinia ta, kad pakito visuomenės požiūris į šį reiškinį – 2014 m. UAB „Spinter tyrimai“ atlikto tyrimo duomenimis, 86 proc. respondentų manė, kad patyčios nėra tik

vaikų reikalas – sprendžiant šią problemą turėtų įsitraukti ir suaugusieji.

Kiek mažiau duomenų turima apie patyčių paplitimą kitoje aplinkoje. Lietuvoje (Vilniuje ir Klaipėdoje) atlikto reprezentatyvaus darbuotojų tyrimo duomenys atskleidė, kad net 25,4 proc. respondentų patiria patyčias darbe (ujimą). Kito Lietuvoje atlikto tyrimo duomenys parodė, kad darbo vietoje patyčias patiria daugiau kaip 20 proc. mokytojų. Kitų šalių tyrimų duomenys rodo, kad, pavyzdžiui, Švedijoje psichologinį smurtą darbe patiria 3,5 proc. darbuotojų, Norvegijoje nuo patyčių kenčia apie 8,6 proc. darbuotojų. Įvairių tyrimų duomenimis, dažniausiai patyčias patiria sveikatos priežiūros sistemos, transporto, mažmeninės prekybos, socialinių paslaugų, viešojo maitinimo, finansų ir švietimo sektorių darbuotojai.

Patyčių padariniai

Nesvarbu, kur vyksta patyčios ir kokį vaidmenį atlieka jose dalyvaujantis žmogus, jų padariniai yra labai panašūs. Visų pirma galima kalbėti apie padarinius, kuriuos patiria patyčiose dalyvaujantis žmogus asmeniniu lygmeniu. Juos patiria pats skriaudėjas, patyčių auka ir patyčių stebėtojai. Padarinius žmogui taip pat galima skirstyti į padarinius sveikatai (fizinei ir psichikos) ir padarinius socialinei sričiai. Patyčiose dalyvaujantis žmogus padarinius gali patirti ir patyčioms dar tebevykstant, ir praėjus daugeliui metų. Taigi padariniai gali būti trumpalaikiai ir ilgalaikiai. Neabejojama, kad aplinkoje, kur patyčios labai paplitusios, jų padarinius patiria visa bendruomenė (mokyklos, įmonės kolektyvas) ir net visuomenė (miesto, šalies gyventojai). Padarinius jaučia net tie žmonės,

kurie nedalyvauja patyčiose. Taigi galima kalbėti apie patyčių padarinius žmogui ir visuomenei.

Padariniai patyčių aukoms ir stebėtojams: psichikos sveikata

Literatūroje nurodoma, kad žmonės, tapę patyčių aukomis, dažnai jaučiasi nesaugūs, liūdni, prislėgti, nepasitiki savimi, išgyvena nerimą, baimę, jiems būdinga žemesnė savivertė. Vaikai dažnai mano, kad yra blogi, juokingi, negražūs ir pan. Patyčias nuolat patiriantis ir neturintis galimybės jų sustabdyti žmogus išmoksta, kad yra bejėgis pakeisti situaciją, todėl nuleidžia rankas ir nebesistengia apsiginti ar ieškoti pagalbos. Ilgainiui *išmoktas bejėgiškumas* gali kelti sunkumų įveikiant gyvenimo išbandymus.

Literatūroje taip pat teigiama, kad žmonės, patyrę patyčias, gali tapti ypač jautrūs, dirglūs. Pastebėta, kad kartais žmonių mintys sukasi tik

apie išgyventas patyčias ir įžeidimus, juos kamuoja įkyrios mintys, abejonės, vaizdiniai ir prisiminimai, baimės, kurių nesugeba atsikratyti, nors ir supranta (kartais ir nesupranta), kad tai nepagrįsta ir beprasmiška.

Visa tai gali peraugti į rimtesnes psichikos sveikatos problemas ar sutrikimus, pavyzdžiui, depresiją, nerimą, taip pat gali kilti savižudiškų minčių, kartais žmogus net gali bandyti žudytis.

Patyčių stebėtojai taip pat dažnai išgyvena nesaugumo jausmą, bejėgiškumą ir kaltę, baimę tapti patyčių auka, pyktį ir neviltį. Dėl patiriamos įtampos jiems taip pat gali didėti tikimybė turėti rimtesnių psichikos sveikatos sutrikimų.



Padariniai patyčių aukoms ir stebėtojams: fizinė sveikata

Nemažai autorių nurodo, kad patyčias išgyvenantiems žmonėms gali pasireikšti stresui būdingi simptomai: padidėja kraujospūdis ir širdies susitraukimų dažnis, įsitempia raumenys, trūksta oro, džiūsta burna. Net ir praėjus patyčių epizodui, gali varginti galvos skausmai ir svaigimas, pilvo, skrandžio skausmai, pykinimas, vėmimas, miego sutrikimai (nemiga arba prabudimai vidury nakties, košmarai), apetito, virškinimo sutrikimai, drebulys, nugaros skausmai, dusulys, prakaitavimas, gali atsirasti širdies ir kraujagyslių sistemos sutrikimų, dėmesio koncentravimo ir atminties sutrikimų, nuolatinis nuovargis. Svarbu atkreipti dėmesį, kad patyčioms tęsiantis ypač ilgai pavieniai

sutrikimai gali prisidėti prie rimtų negalavimų ir ligų atsiradimo.



Padariniai patyčių aukoms ir stebėtojams: socialinė sritis

Patyčias išgyvenantiems žmonėms laikui bėgant tampa sunku užmegzti ir palaikyti santykius, prisitaikyti prie kolektyvo ir laisvai išreikšti save. Bendraudamas žmogus jaučiasi nesaugus ir nepasitiki savimi, todėl dažnai riboja savo socialinius kontaktus ir apskritai vengia bendrauti.

Kartais patyčias išgyvenantys žmonės kaip geriausią išeitį sprendžiant sunkias situacijas pasirenką *smurtinį atsaką*. Taip elgiamasi iš beviltiškumo ir nežinojimo, kaip elgtis kitaip – nematoma kitų būdų sustabdyti patyčias. Tai dar labiau padidina socialinę atskirtį, ji tampa kitų socialinės srities problemų priežastimi.

Patyčios glaudžiai susijusios su akademiniiais ir profesiniais pasiekimais. Žmogus išgyvena daug neigiamų jausmų, dažnai jam sunku susikaupti, todėl darbai ir pareigos yra atliekami prasčiau, mažėja kūrybiškumas, motyvacija mokytis ir dirbti, rūpintis namais. Vengdami vietos, kur vyksta patyčios, vaikai nelanko mokyklos, suaugusieji dažniau daro pravaikštas, vėluoja į darbą ir t. t. Tokius padarinius gali patirti ir patyčių stebėtojai.



Padariniai patyčių aukoms ir stebėtojams: ilgalaikės perspektyvos

Mokslinėje literatūroje nurodoma, kad patyčių padariniai gali reikštis net ir praėjus gana ilgam laikui. Dėl vaikystėje išgyventų patyčių baigus mokyklą vengiama klasės susitikimų, nebendraujama su bendraklasiais, skaudžiai prisimenamos vaikystėje turėtos pravardės, dažniau kyla elgesio, bendravimo ir emocinių problemų. Dėl bendravimo sunkumų (sunkiau užmegzti ir palaikyti draugiškus ir intymius santykius, prisitaikyti, jaustis grupės dalimi) kartais prasčiau klostosi asmeninis gyvenimas ir profesinė karjera. Išmoktas bejėgiškumas ir agresyvus atsakas gali paskatinti klaidingus gyvenimo pasirinkimus, socialinę atskirtį, savanorišką nedarbą ar ankstyvą išėjimą

į pensiją. Mokslininkų pastebėta, kad paauglystėje smurtinėse situacijose norint apsiginti kilusi agresija vėliau gali virsti nuolatiniu asmens bruožu.



Padariniai skriaudėjui

Neabejojama, kad patyčios paveikia ne tik jų aukų ir stebėtojų gerovę ir sveikatą. Mokslininkų įrodyta, kad patyčios gali turėti padarinių ir patiems skriaudėjams. Patyčiomis išreiškdami savo „aukštesnį“ socialinį statusą arba bandydami jį įgyti, skriaudėjai paprastai blogiau prisitaiko mokykloje, darbe, patiria bendraamžių (kolegų) atstūmimą, jiems dažniau būdingas probleminis, nusikalstamas elgesys, polinkis gauti nuobaudų, sirgti depresija. Taip pat pastebėta, kad skriaudėjai nepatiria empatijos ir negeba jausti pagarbos nei sau, nei kitiems. Laikui bėgant patyčios gali peraugti į kitokį agresyvų ar socialiai nepageidaujamą elgesį (nusikalstamą veiklą, vandalizmą, muštynes, vagystes ir pan.). Patyčių tyrinėtojo

norvego D. Olweuso duomenimis, 60 proc. berniukų, kurie aktyviai tyčiojosi iš savo bendraamžių vidurinėje mokykloje, iki 24 m. amžiaus padarė bent vieną nusikaltimą, o 10–35proc. – tris ir daugiau nusikaltimų.

Svarbu atkreipti dėmesį, kad nemaža dalis skriaudėjų ir patys patiria patyčias. Žmonės, paauglystėje dalyvavę patyčiose kaip skriaudėjai ir aukos, suaugę turi daugiau psichologinių ir elgesio sunkumų, palyginti su tais, kurie atliko tik skriaudėjo ar tik aukos vaidmenį. Jie dažnai yra emocionalūs, impulsyvūs, lengvai išprovokuojami, greitai praranda savikontrolę.



Padariniai bendruomenei

Nesvarbu, kur vyksta patyčios: mokykloje, šeimoje, darbe – jos visada turės padarinių visai bendruomenei. Kaip jau buvo minėta, asmeniniu lygmeniu padarinius sveikatai ir gerovei jaučia ne tik skriaudėjai ir patyčių aukos – stebėtojai taip pat jaučia emocinį išsekimą, nerimą ir mažesnį pasitenkinimą gyvenimu. Patyčios neabejotinai atsiliepia bendruomenės narių saugumo jausmui. Jeigu jos neatpažįstamos, vyksta nuolat, nesukurta tinkamų kovos su jomis būdų, į jas nereaguojama ar net joms pritariama, susidaro nuostata, kad toks elgesys yra priimtinas ir normalus – ilgainiui tai gali dar padidinti patyčių mastą. Tokioje aplinkoje menkinamos visuomenės vertybės: mažėja tolerancija, pagalba silpnesniam tampa

varginančia našta, nuvertinamas draugiškumas ir pagarba, o patyčios klaidingai suprantamos kaip elgesys, kuriuo galima pasiekti tam tikrą statusą, tapti „gerbiamam“ ir „vertinamam“. Neabejojama, kad tai prisideda prie nesaugumo jausmo, mažesnio lojalumo ar net paskatina trauktis iš bendruomenės. Pavyzdžiui, įrodyta, kad įmonės, kuriose patyčios toleruojamos, patiria didesnių finansinių nuostolių dėl darbuotojų kaitos, praleistų darbo dienų, sumažėjusios motyvacijos ir darbingumo, prasčiau vykdomų įsipareigojimų. Nesprendžiant problemų ir patyčioms iškilus į viešumą, nukenčia įmonės, organizacijos, mokyklos, universiteto, miesto ar kitos bendruomenės įvaizdis. Finansiniai nuostoliai taip pat gali būti susiję su teisiniais procesais, gydymo išlaidomis.



Padariniai visuomenei

Plačiau žvelgiant į patyčių problemą, svarbu suprasti, kad patyčios šeimoje, aukštojoje mokykloje, parduotuvėje, t. y. bet kokioje žmonių grupėje, prisideda prie kultūrinių visuomenės nuostatų ugdymo. Patyčios socialiniuose tinkluose, ydinga viešųjų asmenų tarpusavio bendravimo kultūra taip pat kuria patyčias skatinančią aplinką. Tiek patyčių aukos, tiek skriaudėjai agresiją pirmą kartą dažnai patiria ne tik mokykloje, bet kartais ir namie bendraudami su kitais šeimos nariais, pavyzdžiui, tėvais, kurie, tikėtina, patys patiria patyčias darbe. Žmogui, pradėjusiam tyčiotis vaikystėje ir neišsiugdžiusiam tinkamų emocinių, socialinių kompetencijų, tyčiotis iš kitų tampa kasdienės bendravimo kultūros dalimi. Taip susidaro

ydingas ratas, reikšmingai veikiantis visuomenės emocinę gerovę. Finansiniai nuostoliai, kuriuos dėl patyčių poveikio žmogaus sveikatai patiria įmonės ir organizacijos, kartu su sveikatos priežiūros išlaidomis neigiamai atsiliepia šalies sveikatos sistemai, verslo sektoriui ir visai šalies ekonomikai. Taigi norėdami sukurti sveiką, sėkmės lydimą, savimi pasitikinčią visuomenę turime atkreipti dėmesį ne tik į patyčias, bet ir į kitas smurto formas, kurti ir įgyvendinti smurto prevencijos programas, teikti pagalbą smurtą patiriantiems asmenims.



Literatūra

1. Povilaitis R., Valiukevičiūtė J. Patyčių prevencija mokykloje. UAB MULTIPLEX, 2006
2. Arlauskaitė Ž., Budzinska A., Česnienė I., Daniūnaitė I., Kriščiūnaitė I. ir kt. Vaikas – smurto auka: teisiniai, psichologiniai ir socialiniai aspektai. Metodinis vadovas specialistams, dirbantiems su smurtą patyrusiais vaikais ir jų šeimomis. Paramos vaikams centras, 2010.
3. Olweus D. Bully.victim problems in school: Facts and intervention/European Journal of Psychology of Education, 1997.
4. Sesar K. Barišić M., Pandža M, Dodaj A. The relationship between difficulties in psychological adjustment in young adulthood and exposure to bullying behaviour in childhood and adolescence. Acta Medica Academica, 2012; 41(2), 131-144.
5. Kim M.J., Catalano R.F., Hggerty K.P., Abbot R.D. Bullyng at elementary school and problem behaviour in yound adulthood: A study of bullying, violence and substance use from age 11 to age 21. Criminal Behaviour and Mental Health, 21, 136-144.
6. Dieter W, Lereya ST. "Long-Term Effects of Bullying." Archives of Disease in Childhood, BMJ Publishing Group, 2015.
7. Astrauskaitė M., Kern R.M. Patyčios darbe: sampratos, paplitimo, pasekmių ir priežasčių analizė. Visuomenės sveikata, 2013; 4(63), 20-31, 2013.
8. Leymann H. The content and development of mobbing at work. European Journal of Work and Organizational Psychology. 1996;5(2):165-184.
9. Einarsen S., Skogstad A. Bullying at work: epidemiological findings in public and provate organizations. Euopen Journal of Work nad Organizational Psychology. 1996;5(2):185-201.
10. Pajarskienė B., Verbaitė I., Andruškienė J., Jurgutis A. Ujimo/priekabiavimo dažnis Vilniaus ir Kalipedos darbo vietose pagal ekonomines veiklas ir profesijas. Visuomenės sveikata, 2012; 5(25), 57-67.
11. Malinauskiene V., Obelenis V, Šopagienė D., Mačionytė V. The Associations between Workplace

Harrasment and Self-Rated Health among Teachers. Sveikatos mokslai,2007;3:908-911.

12. Inchley J, Currie D, Young T, Samdal O, Torsheim T et all. Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. HBSC 2016 study (2013/2014 survey) WHO, Regional office for Europe. Prieiga per http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/303438/HSBC-No.7-Growing-up-unequal-Full-Report.pdf?ua=1
13. Gyventojų nuomonės tyrimas dėl patiriamų patyčių vaikų tarpe. Spinter tyrimai. Žiūrėta 2018 11 17 <http://www.spinter.lt/site/lt/vidinis/menu/top/9/home/publish/NjE5Ozk7OzA=>

