

## *Kas yra elektroninės patyčios?*

*Elektroninės patyčios – tai pasikartojantis, agresyvus ir tyčinis elgesys virtualioje erdvėje – internete, mobiliajame telefone, socialiniuose tinkluose. Kuriuo siekiama pažeminti, įskaudinti, išgąsdinti.*

*Elektroninės patyčios gali vykti elektroniniais laiškais, žinutėmis, pokalbių svetainėse, socialiniuose tinkluose ir pan.*



### *Kokios yra elektroninių patyčių formos?*

**Internetinis persekiojimas**, kuomet grasinama kaip nors pakenkti, tarkime, sumušti, arba teigiama, kad vaikas yra paslapčia stebimas, nuolat komentuojama jo veikla socialiniuose tinkluose.

**Atstūmimas ir nepriėmimas** į draugų grupę forumuose, socialiniuose tinkluose ir kt.

**Apgaulės būdu** išgaunama asmeninė informacija ir paviešinama kitiems.

**Įžeidinėjimai virtualioje erdvėje**, kai vaikas yra įžeidinėjamas viešai, kitiems matant ar girdint.

**Šmeižimas internete**, kai apie vaiką ar jų grupę yra skleidžiami gandai.

Įvairių su vaiku susijusių **situacijų filmavimas ir įkėlimas bei platinimas** internete.

**Apsimetimas kitu asmeniu ir kenkimas** kito reputacijai. Elektroninėje erdvėje yra lengva išlikti anonimišku ir slėpti savo tapatybę, taip pat galima apsimesti tuo, kuo iš tikrųjų esi.

## *Iš ko galite pastebėti, kad vaikas susiduria su žeminimu internete?*

Dažnai vaikai vengia kam nors pasakoti apie patiriamas patyčias ir žeminimą internete. Tačiau net jei vaikas sako, kad jam viskas gerai, tai dar nereiškia, kad jis nepatiria patyčių arba nėra patyčių liudininkas. Susidūrus su elektroniniais skriaudėjais vaiko elgesys kartais pasikeičia, tad tėvai gali pastebėti požymius, rodančius, kad vaikas patiria elektronines patyčias.

*Reikia  
sunerimti:*

- jeigu pasinaudojus kompiuteriu vaikui dažnai kyla nemalonūs jausmai (pyktis, liūdesys ir kt.);
- jeigu vaikas vengia kalbėti apie tai, ką veikia internete, su kuo bendrauja ir kt.
- jeigu dažnai kinta vaiko nuotaikos;
- jeigu vaikas visiškai nustoja naudotis kompiuteriu ar mobiliuoju.

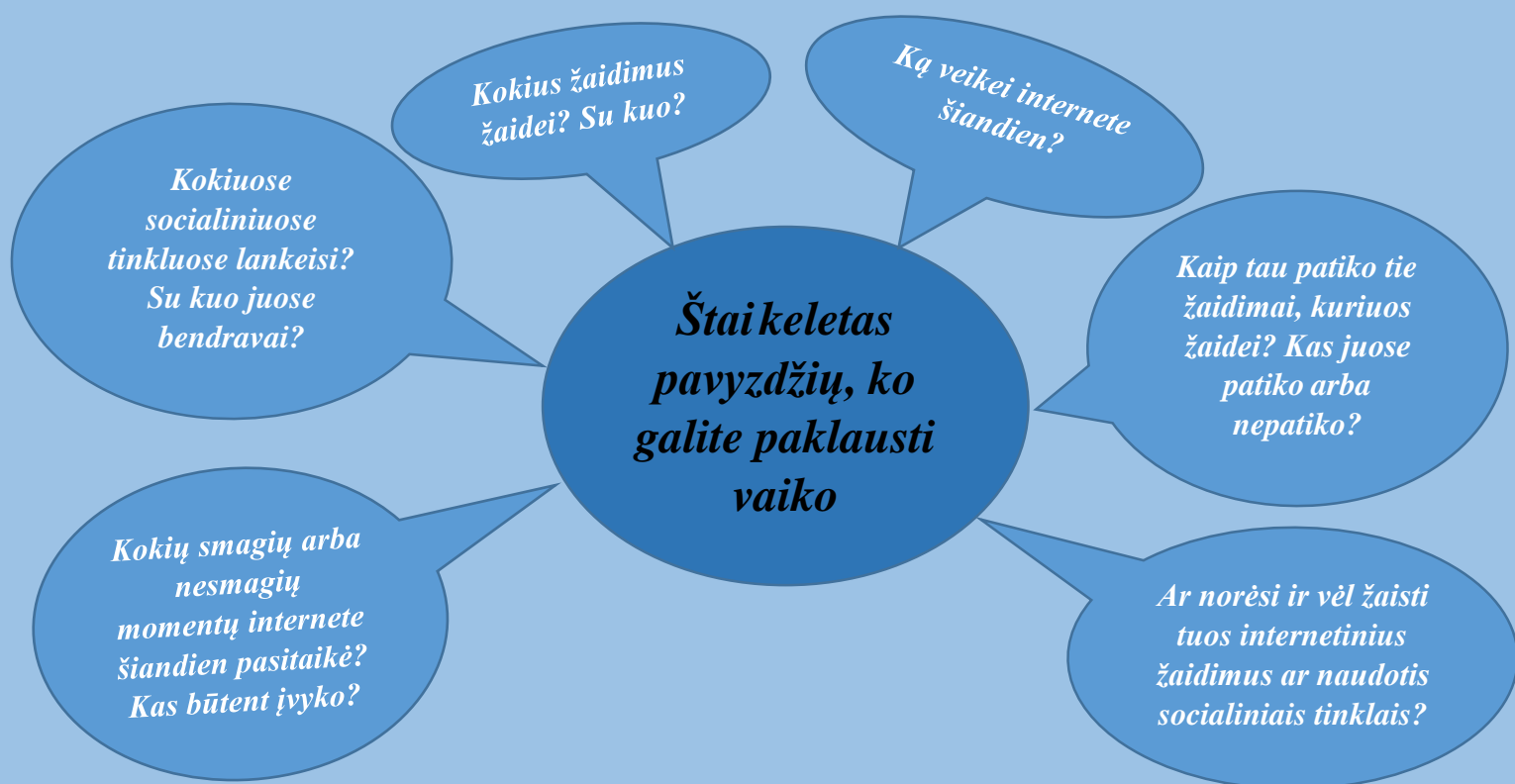


**Svarbu!!!** Atkreipti dėmesį į vaiko elgesio pasikeitimus, pavyzdžiui, jei vaikas anksčiau džiugiai naudodavosi kompiuteriu ir staiga pradėjo nebenorėti juo naudotis, tai gali reikšti, kad jis patiria elektronines patyčias.

## *Kaip prakalbinti vaiką, jei įtariate, kad jis internete patiria patyčias?*

Jeigu kyla įtarimas, kad vaikas internete patiria patyčias, svarbu neversti vaiko atsisakyti interneto, grasinti interneto apribojimu ar draudimu. Patyčių atveju labiausiai padeda vaiko **išklausymas ir palaikymas.**

Kalbėkite su vaiku ir bandykite išsiaiškinti, kaip vyksta patyčios, kas tyčiojasi, kokiais būdais tyčiojasi, kaip dažnai, ką jau vaikas bandė daryti, kad iš jo nebesityčiotų. Klauskite vaiko apie jo patirtis, naudodami atvirus klausimus, prasidedančius žodžiais „kas“, „kaip“, „kada“ ir vengdami uždarų klausimų, į kuriuos galima atsakyti „taip“ arba „ne“.



**Svarbu!!!** Pasakykite savo vaikui, kad jį mylite ir stengsitės padaryti viską, kas įmanoma, kad jis jaustųsi saugus!!!



## *Kokių veiksmų turėtumėte imtis, sužinoję, kad vaikas patiria žeminimą internete?*

- *Kalbėkite su savo vaiku ir išklausykite jį. Stenkitės bendrauti nekritikuodami ir nekaltindami, vaikui svarbu jaustis išgirstam ir priimtam.*
- *Išsaugokite įrodymus, t. y. skriaudėjo laiškus ir žinutes, kad vėliau šią informaciją galima būtų parodyti tretiesiems asmenims. Ši informacija gali būti išspausdinta, bet saugoma taip, kad vaikas jos nematytų ir neskaitytų. Išsaugojus įrodymus, žeidžianti informacija gali būti pašalinama iš elektroninės erdvės, jei neketinama kreiptis į policiją.*
- *Kuo skubiau kreiptis į policiją. Kartu galima pasikonsultuoti su teisėsauga (epolicija.lt), kaip išsaugoti elektroninių patyčių įrodymus, kad jie būtų pakankami.*
- *Identifikuokite skriaudėjus. Skriaudėjai gali stengtis išlikti anonimiški, neatskleisti savo vardo ir pavardės, naudotis slapyvardžiu. Tokiu atveju kreipkitės į interneto paslaugų teikėją arba į policiją.*
- *Gali būti vertinga parašyti trumpą laišką (žinutę) skriaudėjui ir įspėti – jeigu jis nenustos tyčiotis, kreipsitės į atitinkamas institucijas. Svarbu nesivelti į platesnes diskusijas su skriaudėju.*
- *Kartu su vaiku pasižiūrėkite, kaip jis konkrečiame žaidime, socialiniame tinkle galėtų išvengti patyčių internete, pvz. peržiūrėkite privatumo nustatymus, kaip pranešti apie netinkamą turinį, blokuoti siuntėją ir pan.*
- *Jeigu skriaudėjai yra vaiko bendraklasiai ar tos pačios mokyklos mokiniai, kreipkitės į ugdymo įstaigos personalą ir kartu pasitarkite, kaip spręsti kilusias elektronines patyčias.*

## *Ko svarbu nedaryti, sužinojus apie vaiko skaudžią patirtį internete?*

Nevertėtų elgtis skubotai, pavyzdžiui, pulti susitikti ir pasikalbėti su besityčiojančiu vaiku ar jo tėvais. Gali būti, kad būtent tokio elgesio jūsų vaikas ir bijo, kad dėl to patyčios tik dar labiau stiprės.

Nebauskite savo vaiko už tai, kad jis patyrė kitų vaikų patyčias. Žaidimo, kuriame vyksta patyčios ištrynimasis, nebeleidimas vaikui naudotis socialiniais tinklais ir yra tie veiksmai, kurie tėvams gali atrodyti kaip pagalba vaikui apsisaugoti nuo patyčių internete, tačiau vaikų gali būti suprantami kaip bausmė.

Nekaltinkite vaiko dėl patiriamų patyčių sakydami: „Tai ko ten tiek laiko praleidi tame internete? Mažiau sėdėtum, mažiau ir problemų būtų“. Vaikai nėra kalti dėl to, kad iš jų tyčiojasi kiti.



## *Kaip suprasti, kad vaikas gali žeminti kitus internete?*

Tėvams gali būti sunku pripažinti, kad jų vaikas netinkamai elgiasi su kitais žmonėmis. Tačiau kuo anksčiau bus pripažinta problema ir kuo greičiau ji bus sprendžiama, tuo didesnė tikimybė išvengti nemalonių padarinių. Pasitaiko atvejų, kai stebint vaiko elgesį galima pamatyti **įsitraukimo į patyčias požymių**. Tai nebūtinai rodo, kad vaikas prisideda prie patyčių, tačiau jei toks elgesys iki šiol buvo nebūdingas, galima domėtis, kodėl atsirado tokių pokyčių:

- **Perdėtas vaiko noras naudotis kompiuteriu.**
- **Vaikas naudoja skirtingas vartotojų vardus, skirtingus el. paštus.**
- **Vaikas slepia ir nepasakoja apie tai, ką veikia internete (pavyzdžiui, uždaro internetinės svetainės langą, išjungia kompiuterį suaugusiems priėjus).**
- **Vaikas agresyviai elgiasi realiame gyvenime ar bendrauja, draugauja su kitais agresyviai besielgiančiais vaikais.**

## *Kokių veiksmų turėtumėte imtis, sužinoję, kad vaikas inicijuoja patyčias iš kitų vaikų internete?*

- **Kalbėkite** su vaiku apie tai, padėkite jam prisiimti atsakomybę už elektronines patyčias.
- **Įvardinkite**, kokias pasekmes elektroninės patyčios gali sukelti. Ugdykite vaiko empatiją, skatindami susimąstyti apie tai, kaip jis galėtų jaustis nukentėjusiojo vietoje. Kartais virtualus ir realus gyvenimas vaikų suvokiami kaip du skirtingi pasauliai, tačiau nors patyčios ir vyksta elektroninėje erdvėje, kitam skauda – realybėje.
- **Informuokite arba priminkite** apie netinkamo elgesio pasekmes pačiam vaikui.
- **Aptarkite** su vaiku bendravimo internete etiketą. Kaip ir realiame pasaulyje, elektroninėje erdvėje taip pat egzistuoja tam tikros bendravimo taisyklės. Jiems galima paaiškinti, kad bendraujant elektroninėje erdvėje reikėtų su kitais elgtis taip pat pagarbiai, kaip ir realiame gyvenime.
- **Palaikykite** mokyklos strategiją patyčių klausimu. Jei mokykla taip pat imasi tam tikrų veiksmų, kad vaikai nesityčiotų, labai svarbu, kad tėvai palaikytų tokias mokyklos iniciatyvas.

## *Jūsų vaikas stebi patyčias internete?*



Jei vaikas yra tik **stebėtojas** patyčių situacijoje, yra svarbu jį skatinti kalbėti apie žinomus atvejus. Kadangi patyčios gali vykti uždaroje socialinėse platformose, prie kurių nė vienas suaugęs neturi priėjimo, kartais apie jas įmanoma sužinoti tik iš vaikų, kurie jaučiasi galintys kreiptis pagalbos į suaugusius. Toks stebėtojų elgesys gali dar labiau žeisti patyčias patiriantįjį.

- **Kalbėkite** su vaikais apie tai, kad patyčios nėra tinkamas elgesys, kad apie tokius veiksmus svarbu pranešti suaugusiesiems.
- **Atkreipkite** vaikų dėmesį į tai, kad jų vaidmuo pastebėjus patyčias yra reikšmingas, o nepritarimas skriaudėjui gali būti didelė pagalba nuskriaustajam ir svarbus žingsnis problemos sprendimo link.
- **Skatinkite** vaiką būti draugišką su tuo, kas patiria patyčias. Pavyzdžiui, pasakyti, kad nepritaria patyčioms arba įvardyti, kad žino, jog kitų komentarai yra netiesa.

## *Kaip sudėlioti vaikams saugaus naudojimosi technologijomis ribas?*

**Visų pirma rekomenduojama šeimoje turėti naudojimosi technologijomis taisykles** (jas nustatant reikėtų atsižvelgti į vaiko amžių).

**Antra – svarbu, kad domėtumėtės tuo, ką vaikas veikia su technologijomis** (ką jose atranda, kas jį žavi ar priešingai – išgąsdina).

## *Kaip mokyti vaikus draugiškai ir pagarbiai bendrauti internete?*

- *Ugdykite vaikų pagarbą sau ir kitam. Skatinkite visada pagalvoti prieš įkeliant tam tikrą informaciją į internetą apie save ar kitus. Atkreipkite dėmesį, kad negalima platinti informacijos apie kitus žmones, jų neatsiklausus.*
- *Technologijos suteikia daug laisvės tyrinėti, atrasti, reikšti savo nuomonę įvairiais klausimais. Kalbėkite su vaikais, kuo nuomonė skiriasi nuo žeminimo, kaip jie galėtų atskirti, kur yra nuomonės ar kritikos apraiška, o kur – jau žeminantis ir skaudinantis elgesys.*
- *Atkreipkite dėmesį, kad internete vartotojai nėra visiškai anonimiški ar nematomi. Dažniausiai mes paliekame pėdsakus tarsi pirštų antspaudus – kiekvienas kompiuteris turi savo IP adresą, pagal kurį galima identifikuoti vartotoją.*
- *Aptarkite, kad netinkamai bendraujant elektroninėje erdvėje galima pažeisti įstatymus, pvz. ižeisti kito žmogaus garbę ir orumą, prisidėti prie įstatymais draudžiamos informacijos platinimo.*

## *Kuo elektroninių patyčių situacijose gali padėti mokykla?*

Dažniausiai elektroninės patyčios vyksta už mokyklos ribų, t. y. po pamokų. Pasitaiko atvejų, kai mokyklos darbuotojai nepastebi netinkamo elgesio, o sužino apie el. patyčias iš pačių vaikų ar jų tėvų. **Mokyklos vaidmuo, sprendžiant dėl jų iškylančias problemas, labai svarbus!!!**

- **Kreipdamiesi į mokyklą, galite tikėtis jos darbuotojų bendradarbiavimo ir pagalbos įvertinant grėsmę vaikui ir jo sveikatai, surenkant informaciją, ar patyčios susijusios su kitais mokyklos mokiniais, kas skriaudžia, koku būdu, kiek mokinių įsitraukę, kiek laiko patyčios tęsiasi.**
- **Mokyklos darbuotojai kaip tarpininkai inicijuotų atvejo tyrinėjimą, pranešdami visų įsitraukusių į patyčias vaikų tėvams, kalbėdami su skriaudėju ir sprendami problemą su visa klase.**
- **Mokykla informuotų jus apie galimus problemos sprendimo būdus, organizacijas, į kurias galima kreiptis, prieinamą mokykloje emocinę paramą.**
- **Kartu su mokyklos darbuotojais galite apgalvoti patyčias patyrusio vaiko saugumo planą, t. y. kaip jis galėtų išvengti patyčių, kam turėtų nedelsdamas pranešti, jei patyčios pasikartos.**

Rekomendacijas parengė Kėdainių Juozo Paukštelio progimnazijos socialinė pedagogė Jolanta Balandienė.

Rekomendacijos rengtos remiantis <https://www.bepatyciu.lt> parengtomis metodinėmis medžiagomis.