

Marina Mažionienė
Robertas Povilaitis
Ivona Suchodolska

ELEKTRONINĖS PATYČIOS ir jų prevencija



ISBN 978-609-95498-0-4

2012

Leidinio autoriai:

Marina Mažionienė
Robertas Povilaitis
Ivona Suchodolska

Leidinį išleido

Vilniaus m. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Adresas: Antakalnio g. 17, LT-10312 Vilnius, Lietuva
Tel. (8 5) 271 1244, faks. (8 5) 271 1244
info@vvsb.lt • www.vvsb.lt



**VILNIAUS VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS**

Leidiny s parengtas Nyderlandų Karalystės ambasados lėšomis



Partneriai



**RYŠIŲ
REGULAVIMO
TARNYBA**



**draugiškas
internetas**

TURINYS

PRATARMĖ	3
1. ELEKTRONINIŲ PATYČIŲ YPATUMAI	4
2. PRIVATUMAS ELEKTRONINĖJE ERDVĖJE	7
3. REKOMENDACIJOS SUAUGUSIEMS	12
3.1 Rekomendacijos ugdymo įstaigų darbuotojams	12
3.1.1 Elektroninių patyčių prevencija mokykloje	14
3.1.2 Moksleivių švietimas	17
3.2 Rekomendacijos tėvams	19
3.2.1 Rekomendacijos apie vaikų saugumą elektroninėje erdvėje	20
3.2.2 Pagalba vaikui, patiriančiam elektronines patyčias	21
3.2.3 Ką daryti, jeigu vaikas tyčiojasi iš kitų?	23
3.2.4 Pokalbiai su vaikais, kurie stebi elektronines patyčias	25
PAGALBOS GALIMYBĖS	26
Psichologinė pagalba	27
Emocinė parama	27
VIDEO MEDŽIAGA APIE SAUGUMĄ VIRTUALIOJE ERDVĖJE	27
NAUDINGOS NUORODOS	27
LITERATŪRA	27



PRATARMĖ

Kompiuteris, internetas, mobilieji telefonai ir kitos informacinės technologijos tapo neatsiejama mūsų gyvenimo dalimi. Virtuali erdvė suteikia mums daug naujų galimybių – lengvą ir greitą informacijos paiešką ir perdavimą, naujų pažinčių užmezgimą, senų draugystės ryšių palaikymą neatsižvelgiant į tai, kur gyvena draugai. Be to, virtualioje erdvėje yra nemažai galimybių pramogauti, žaisti. Visa tai pritraukia tiek suaugusiuosius, tiek vaikus.

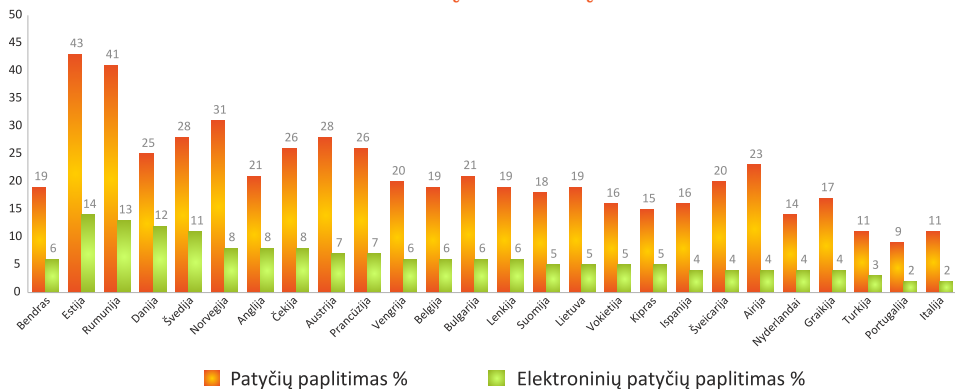
Interneto vartotojų skaičius Lietuvoje labai greitai auga. Pastarųjų tyrimų duomenimis, Lietuvoje internetu naudojasi 64 proc. 16–74 metų amžiaus šalies gyventojų (Lietuvos statistikos departamentas, 2011). Europos šalyse atlikto tyrimo (S. Livingstone ir kt., 2011) rezultatai rodo, kad vidutinis pradedančiųjų naudotis internetu amžius yra devyneri metai, t. y. internete pradeda naršyti jau pradinė klasių moksleiviai. 57 proc. Lietuvos vaikų turi kompiuterį ir internetą savo kambaryje (miegamajame), 44 proc. prisijungia mobiliuoju telefonu ar kitomis nešiojamomis priemonėmis. Tai rodo, kad suaugusiesiems darosi sunku kontroliuoti naudojamą internetu. Trečdalis apklausoje dalyvavusių 9–10 metų amžiaus internetu besinaudojančių vaikų tai daro kasdien. Pasiėkus 15–16 m. amžių, skaičius kyla iki 80 procentų. Vaikai yra atviri naujovėms, greitai įgunda naudotis naujomis technologijomis. Kartais savo žiniomis ir gebėjimais jie pranoksta net suaugusiuosius.

Bendraudami ar naršydami virtualioje erdvėje, vaikai gali gauti nemažai naudingos informacijos. Tačiau, deja, greta svarbių dalykų internete galima aptikti ir žalingų dalykų, susidurti su įvairiomis grėsmėmis: seksualiniu viliojimu, duomenų išviliojimu ir neteisėtu jų naudojimu ir kt. Elektroninės patyčios – vienas galimų virtualių pavojų.

Tyrimo, atlikto 25 Europos šalyse, rezultatai rodo, kad Lietuvoje patyrusių patyčias internete mokinių procentas yra mažesnis už bendrą šalių vidurkį ir siekia 5 proc. (1 pav.), tačiau patyčių, vykstančių elektroniniame ir realiaame gyvenime, paplitimo rodiklis mūsų šalyje yra gana aukštas, palyginti su kitų šalių rezultatais, – net 19 procentų. O tai gali rodyti, kad tarp vaikų yra paplitusios įvairių formų patyčios. Dažnai skirtingos patyčių formos susijusios tarpusavyje, t. y. realaus gyvenimo veiksmai persikelia į virtualų pasaulį ir, atvirkščiai, – užtenka vieno negražaus komentaro elektroninėje erdvėje ir patyčios gali tęstis mokykloje, kieme ar kitose vietose.

Kartu su didėjančiu informacinių technologijų naudojimu, gali augti ir elektroninių patyčių paplitimas. Elektroninių patyčių padariniai dažnai būna sunkesni nei vykstančių realiaame gyvenime, nes virtualios patyčios greitai plinta, jų plitimas sunkiai kontroliuojamas, būtent dėl to elektroninių patyčių prevencijos klausimas darosi vis aktualesnis tiek Lietuvoje, tiek kitose Europos šalyse.

1. ELEKTRONINIŲ PATYČIŲ YPATUMAI



1 pav. Patyčių paplitimas Europos šalyse (Livingstone S. et al, EU Kids online, 2011)

Olweus (1993) išskiria tris pagrindinius patyčių reiškinių ypatumus:

- Patyčios yra tyčiniai veiksmai. Tai reiškia, kad besityčiojantis vaikas dažniausiai supranta, kad savo veiksmais skaudina kitą (-us) ir daro tai sąmoningai.
- Toks elgesys yra pasikartojantis. Agresyvus veiksmas, įvykęs vieną kartą, dar nėra patyčios. Patyčiomis vadiname tokį elgesį, kuris vyksta sistemingai tam tikrą laiką.
- Tyčiojantis akivaizdi psichologinė ar fizinė jėgos persvara. Vadinasi, puolamas vaikas jaučiasi silpnesnis už skriaudėjus ir negali nuo jų apsiginti.

Elektroninės patyčios – viena iš patyčių formų. Tai – agresyvus, tyčinis elgesys virtualioje erdvėje. Dažnai susiduriama su tuo, kad skriaudėjai, aiškindami savo poelgius, sako, nieko blogo nenorėję ar tiesiog juokavę, tačiau patyčios nėra tas pat, kas humoras. Kai norima pajuokauti, linksma būna visiems, tyčiojantis – vienam vaikui ar net keliems būna skaudu ir liūdna.

Elektroninėms patyčioms pradėti užtenka vieno veiksmo (negrąžaus komentario, žeidžiančio laiško, juokingos nuotraukos), vėliau ši informacija gali plisti virtualioje erdvėje, kiti žmonės gali ją komentuoti ir persiųsti savo pažįstamiems, draugams. Net ir pašalinus informaciją iš virtualios erdvės, prieš tai padarytos jos kopijos gali būti platinamos toliau, kitaip tariant, elektroninės patyčios gali tęstis 24 valandas per parą. Greitai plintanti informacija lyg atkartoja patyčių situaciją, o tai labai žeidžia patiriantįjį ir gali versti kas kartą iš naujo išgyventi baime, gėdą ir kitus neigiamus jausmus.

Susidarius elektroninių patyčių situacijai gali būti pastebima vadinamoji jėgų persvara. Realiame gyvenime jėgų persvara suprantama kaip skriaudėjų pra-

našumas, pavyzdžiui, fizinis pranašumas, o elektroninėje erdvėje skriaudėjas gali būti bet kas, kad ir fiziškai nestiprus ar tikrovėje nepopuliarus vaikas. Virtualiame pasaulyje jis įgyja pranašumą dėl galimybės išlikti anonimiškas ir dėl didžiulės patyčias stebinčios auditorijos. Klasėje patyčias mato 30 bendraklasių, o, pavyzdžiui, socialiniame tinkle „Facebook“ jas gali stebėti 300 ar daugiau žmonių.

Taigi elektroninėmis patyčiomis galima vadinti elgesį, kuriuo siekiama pažeminti, įskaudinti ar išgąsdinti kitą (-us). Patyčios internete gali vykti elektroniniais laiškais, žinutėmis pokalbių svetainėse, socialiniuose tinkluose. Taip pat elektroninės patyčios vyksta ir naudojantis mobiliaisiais telefonais.

Skiriamos tiesioginės ir netiesioginės elektroninės patyčios. Tiesioginių elektroninių patyčių metu skriaudėjas pats atakuoja savo auką, o netiesioginių – pasitelkia kitus žmones padaryti „juodą“ darbą už jį, o pats lieka anonimiškas. Netiesioginėmis elektroninėmis patyčiomis galima pavadinti ir tokias situacijas, kai skriaudėjas apsimeta kitu asmeniu pasinaudojęs šio prisijungimo duomenimis. Tokiu atveju žmogus, kurio asmeniniais duomenimis buvo pasinaudota, gali ir nežinoti, kad yra prisidėjęs prie elektroninių patyčių.

ELEKTRONINIŲ PATYČIŲ FORMOS:

- ✓ Įžeidinėjimai virtualioje erdvėje, kai vaikas įžeidinėjamas viešai kitiems matant ar girdint. Pavyzdžiui, socialinio tinklo profilyje užrašomi įvairūs keiksmažodžiai, vaikas viešai pravardžiuojamas.
- ✓ Apsimetimas kitu asmeniu ir kenkimas jo reputacijai. Elektroninėje erdvėje lengva išlikti anonimiškam ir slėpti savo tapatybę, taip pat galima apsimesti tuo, kuo iš tikrųjų esi. Pavyzdžiui, septintokas norėdamas pajauokauti apsimeta savo bendraklase ir jos vardu rašo trumpąsias žinutes kitoms klasės mergaitėms, pravardžiuodamas jas įvairiais negražiais žodžiais.
- ✓ Apgaulės būdu išgaunama asmeninė informacija ir paviešinama kitiems. Tai gali būti asmeninės nuotraukos, vaizdo įrašai, prisijungimo duomenys ir kita svarbi vaikui informacija, kuria jis nenori dalytis su kitais.
- ✓ Atstūmimas ir nepriėmimas į draugų grupę pokalbių kambariuose, socialiniuose tinkluose, pavyzdžiui, vienos klasės mokiniai susitarę ištrina vieną savo bendraklasį iš savo draugų sąrašo.
- ✓ Šmeižimas internete, kai apie vaiką ar vaikų grupę skleidžiami gandai. Pavyzdžiui, mergaitės du savo bendraklasius vadina „pora“, siuntinėja kitiems bendraklasiams žinutes ir elektroninius laiškus, skleisdamos klaidingą informaciją.
- ✓ Persekiojimas, kai grasinama kaip nors pakenkti, tarkime, sumušti, arba teigiama, kad vaikas yra paslapčia stebimas.
- ✓ Smurtinių veikslių filmavimas, įkėlimas ir platinimas internete. Itin svarbu paminėti reiškinį, pavadinimą „linksmuoju smūgiu“ arba „fiksuojamu užpuolimu“ (angl. happy slapping). Šis reiškinys atsirado Anglijoje, kai jauni žmonės tyčia smūgiuodavo dažnai atsitiktinai išsiritamam asmeniui ir tokį išpuolį nufilmuodavo mėgėjiškomis, pavyzdžiui, mobiliųjų telefonų, kameromis, o vėliau paskelbdavo įrašą internete. Svarbiausia šio išpuolio dalis – aukos reakcija į netikėtą veikslių. Ji stebėjtojams, o vėliau ir žiūrovams, atrodo juokinga. Pastebima, kad vis daugiau jaunų žmonių įsitraukia į tokio pobūdžio „pramogas“, o pasirenkamos smurto formos darosi vis žiauresnės.



Elektroninės patyčios vyksta 24 valandas per parą, sparčiai plinta ir dažnai būna anoniminės

2. PRIVATUMAS ELEKTRONINĖJE ERDVĖJE

Bet kokia veikla elektroninėje erdvėje dažnai būna vieša. Kartais viešumas ir yra vartotojų tikslas ar siekiamybė. Pavyzdžiui, paskelbę informaciją socialiniame tinkle, laukiame reakcijų, komentarų, kartais sveikinimų iš kitų žmonių. Tačiau kartais mums reikia ir privatumo, t. y. norime būti nematomi, anonimiški. Toks noras gali kilti tada, kai pasidalijame sunkia patirtimi, atskleidžiame asmenišką informaciją apie save.

Vaikai ir paaugliai gali siekti nepriklausomybės ir privatumo nuo suaugusiųjų. Neretai galima išgirsti vaiko priekaištą tėvams: „Kodėl tikrinate, kuo aš užsiimu internete? Jūs lendate į mano asmeninį gyvenimą!“ Turėti savo, suaugusiųjų nepasiekiamą erdvę yra natūralus vaikų ir ypač paauglių noras. Tačiau virtualus gyvenimas nėra privatus. Informacija, patekusi į internetą, tampa viešai prieinama – ją dažnai gali pamatyti ne tik tėvai, bet ir mokytojai, kiti suaugusieji. Taigi bendraujant virtualioje erdvėje sunku išvengti viešumo ir išlikti visiškai anonimiškam. Dažnai taip yra dėl to, kad patys vartotojai neatsargiai pateikia savo asmeninę informaciją, pagal kurią juos galima atpažinti.

Neretai rekomenduojama nepateikti savo asmeninės informacijos elektroninėje erdvėje. Tačiau registruojantis internete sunku laikytis šios taisyklės. Juk dažnai prašoma pateikti reikiamą kontaktinę informaciją ar kitų asmeninių detalių. Vis dėlto bendraujant virtualioje erdvėje svarbu žinoti, kiek saugu atskleisti apie save informacijos, o ko viešinti nereikėtų. Toliau aptarsime skirtingas asmeninės informacijos rūšis: kontaktinę informaciją, informaciją apie interesus, informaciją apie privatų gyvenimą ir reputacijai kenkiančią informaciją (parengta pagal N. E. Willard, 2007).

KONTAKTINĖ INFORMACIJA

Kontaktinė informacija padeda identifikuoti asmenį: visas vardas ir pavardė, adresas, telefonas ir kt. duomenys. Kartais registruojantis į kurią nors puslapį, socialinį tinklą, prašoma pateikti kontaktinę informaciją, tačiau tai daryti nėra būtina – dažnai net nereikia įvesti savo tikro vardo ir pavardės, užtenka pasirinkti slapyvardį ir galima aktyviai dalyvauti to tinklo ar svetainės virtualiame gyvenime. Patartina asmeninę kontaktinę informaciją pateikti tik tada, kai tai būtina, pavyzdžiui, mokant už pirkinius. Rekomenduojama vengti internete nurodyti savo namų adresą, elektroninio pašto adresą, telefoną ir net pavardę.

INFORMACIJA APIE INTERESUS

Tai yra informacija apie asmens pomėgius, mėgstamą muziką ir kitus interesus. Dalijimasis tokio pobūdžio informacija svarbus, įdomus vaikams ir jau-

nimui. Taip jie ieško bendraminčių, dalijasi savo įspūdžiais su bendraamžiais, užmezga naujų pažinčių. Dažniausiai viešosiose erdvėse keistis tokia informacija yra saugu.

INFORMACIJA APIE PRIVATŲ GYVENIMĄ

Tai informacija apie problemas ir sunkumus, su kuriais susiduriama. Pasakymas „negalima pasakoti apie savo problemas internete“ gali sukelti neigiamą vaikų ir paauglių reakciją, kuriems elektroninė erdvė – vienintelis išsigelbėjimas, vieta, kur jie drąsiai ir atvirai gali dalytis savo išgyvenimais. Kita vertus, atskleidus tokio pobūdžio informaciją virtualioje erdvėje padidėja atsivėrusiojo pažeidžiamumas, nes vėliau asmeninio gyvenimo detalės gali būti paviešintos ar panaudotos siekiant tam žmogui pakenkti. Rizika padidėja, kai pasakojama visiškai nepažįstamam žmogui, o atsivėrusiojo kontaktinė informacija yra viešai prieinama.

REPUTACIJAI KENKIANTI INFORMACIJA

Kartais internete galima aptikti informacijos, kuri provokuoja kitų apkalbas, kenkia žmogaus reputacijai. Tokios informacijos formų yra įvairių – tai gali būti apsvaigusių žmonių nuotraukos iš vakarėlio, atviras dalijimasis savo seksualine patirtimi tinklaraštyje, apnuoginto kūno nuotraukos arba kiti intymūs vaizdai, taip pat įvairūs diskriminaciją kurstantys ir rasistiniai pasisakymai.

! Prieš skelbiant bet kokią informaciją elektroninėje erdvėje, svarbu pagalvoti apie galimus tokių veiksmų padarinius



KODĖL TYČIOTIS ELEKTRONINĖJE ERDVĖJE YRA LENGVIAU?

Vaikų elgesys formuojamas ir koreguojamas skiepijant jiems moralines vertybes, leidžiant pajusti netinkamo elgesio padarinius ar skatinant už gerą elgesį. Vaikui svarbus vadinamasis socialinis priėmimas – signalas iš aplinkinių, kad jis elgiasi tinkamai. Vaikų ir paauglių elgesiui didelės įtakos turi ir išoriniai veiksniai. Tokio amžiaus žmonėms dar nėra visiškai susiformavęs vidinis elgesio kontrolės mechanizmas, tad jie dažniausiai koreguoja savo elgesį, atsižvelgdami į kitų žmonių reakcijas.

Kai žmogus nusižengia nustatyto normoms, pažeidžia visuomenėje priimtinas taisykles, paprastai dėl to jis išgyvena gėdą. Gėdos jausmas sumažėja, kai pavyksta pateisinti savo veiksmus, pasiteisinti prieš save ir kitus („aš nieko blogo nenorėjau, jis neturėjo įsisižesti“ arba „jis pats išprovokavo mane“). Kai bendravimas vyksta naudojantis informacinėmis technologijomis, prarandamas apčiuopiamas grįžtamasis ryšys, t. y. nėra matoma pašnekovo reakcijos, kūno pozos, veido išraiškos ir kitų neverbalinių ženklų. Tokiais atvejais sunkiau įsijausti į situaciją ir suprasti kito išgyvenimus, tačiau lengviau rasti pasiteisinimą ir išvengti sąžinės graužaties. Kitaip tariant, virtualioje erdvėje bendraujantys žmonės turi galimybę atsitraukti nuo savo elgesio padarinių suvokimo ir galvojimo apie kitiems padarytą žalą.

Pastebima, kad kartais žmonės virtualioje erdvėje elgiasi ryžtingiau ir pasisako drąsiau negu realiame gyvenime. Kai žmonės bendrauja internete, jie linksta sakyti ar daryti tai, ko nepadarėtų tikrovėje, niekada nepasakytų kitam susitikę akis į akį. Žmonės virtualiame pasaulyje gali jaustis laisvesni, pavyzdžiui, kukliam berniukui gali būti drąsiau bendrauti su mergaitėmis socialiniame tinkle, negu susitikinėti su jomis iš tikrųjų.

Vadinamasis išlaisvėjimas virtualioje erdvėje gali turėti tiek teigiamų, tiek neigiamų padarinių. Dėl anonimiškumo gali susikurti iliuzija, kad internete esi nematomas. Galimybė būti anonimiškam arba įsivaizdavimas, kad yra anonimiškas, gali skatinti žmogų daryti tai, ko jis nedarytų, jeigu būtų žinoma jo tapatybė, pavyzdžiui, kurstyti nesantaiką, išsakyti rasistines ar nacionalistines pažiūras ir kt.

Dažniausi kitus vaikus skriaudžiančiųjų pasiaiškinimai (parengta pagal N. E. Willard, 2007).

- ✓ **Visi taip daro.** Elektroninėje erdvėje žmonės gali elgtis drąsiau, pavyzdžiui, tiesiai ir be užuolankų išsakyti savo nuomonę. Vaikams gali atrodyti, kad taip elgtis tiesiog priimtina ir normalu. Tokia nuostata gali formuotis stebint kitų elgesį elektroninėje erdvėje. Gali atrodyti, kad daug žmonių laisvai išsako savo poziciją ir nepritariamą, žemina kitus, tad kodėl gi aš negaliu taip daryti? Tačiau net jei dauguma taip elgiasi, dar nereiškia, kad jie elgiasi tinkamai. Nuo pat ma-

žens vaikams svarbu diegti moralines vertybes, gebėjimą bendrauti pagarbiai, svarbu kalbėti su vaikais apie socialines normas, kurių reikia laikytis ne tik realiame, bet ir virtualiame pasaulyje. Toliau pateikiamos bendravimo elektroninėje erdvėje etiketo rekomendacijos vaikams.

✓ **Tai, kas vyksta elektroninėje erdvėje, yra tik žaidimas – tai nėra realus gyvenimas.** Tokie vaikų pasisakymai remiasi įsivaizdavimu, kad žmonės lengvai priima bet kokius veiksmus, vykstančius elektroninėje erdvėje, nes elektroninė erdvė, jų manymu, išgalvotas, netikras pasaulis. Svarbu vaikams aiškinti, kad tai, kas vyksta virtualiame gyvenime, liečia gyvus žmones, o jų išgyvenimai persikelia į realų pasaulį – kitaip tariant, skauda tikram žmogui tikrame gyvenime.

✓ **Tai ne aš, o mano virtuali tapatybė.** Virtualus pasaulis yra puiki terpė vaikams ir paaugliams eksperimentuoti vaidmenimis ir įvairiai save pateikti, t. y. kurti skirtingas tapatybes. Internete saugiai galima atskleisti savo svajones, tenkinti realybėje sunkiai įgyvendinamus poreikius. Pavyzdžiui, nedrąši mergaitė socialiniame tinkle gali paskelbti viliojančių nuotraukų, norėdama sulaukti daugiau berniukų dėmesio, uždaras ir tylus vaikinys internete gali paviešinti savęs rūkančio nuotraukas, siekdamas įrodyti bendraklasiams savo vyriškumą, o klasėje geru elgesiu išsiskiriantis mokinys gali būti labai agresyvus virtualioje erdvėje. Kartais vaikai žinodami, kad elgiasi netinkamai, bando pateisinti save, sakydami, jog tai, ką jie daro, nėra tikra, o išgalvota. Pavyzdžiui, klasės pirmūnas gali pasiteisinti sakydamas, kad jis iš tikrųjų nėra tas piktas vaikas, pravardžiaavęs bendraklasį elektroninėje erdvėje, nes jis tik apsimetinėjo ir gyvenime taip nesielgia. Tokiam vaikui būtina priminti, kad elektroninis pasaulis nėra žaidimas.

✓ **Tai, kas vyksta elektroninėje erdvėje, ir lieka elektroninėje erdvėje.** Gali atrodyti, kad išjungus kompiuterį ar mobilųjį telefoną visos problemos tiesiog dingsta. Tačiau taip nėra, elektroninių patyčių padariniai gali būti skausmingi ir dažnai ilgalaikiai. Pavyzdžiui, paviešinus vaiko nuotrauką internete, jis gali būti apkalbinėjamas klasėje, iš jo mokykloje gali juoktis kiti moksleiviai. Kitaip tariant, patyčios gali prasidėti elektroninėje erdvėje, bet vėliau persikelti į realų pasaulį.

✓ **Kiekvienas esame laisvas žmogus ir turime teisę išsakyti savo nuomonę.** Laisvai savo nuomonę elektroninėje erdvėje reiškiantys asmenys kartais peržengia ribas ir jų pasisakymai tampa įžeidūs, žeminantys, o kartais net perauga į žmogaus ar žmonių grupės persekiojimą. Taigi mes esame laisvi žmonės, galintys išsakyti savo nuomonę ir dalytis savo mintimis tol, kol šios nežeidžia ir nežemina kitų.

Norėdami ugdyti vaikų pagarbą kitiems, suaugusieji pirmiausia turi rodyti tai savo pavyzdžiu ir patys pagarbiai elgtis su kitais. Taip pat svarbu kalbėti su vaikais apie tai, kas leidžiama, o kas nepriimtina visuomenėje, ugdyti jų empatiją,

t. y. gebėjimą pažvelgti į situaciją kito žmogaus akimis. Dabar aptarsime kiekvieną rekomendaciją atskirai.

✓ **Svarbu kalbėti su vaikais apie tai, kad elektroninės patyčios turi neigiamų padarinių.** Elektroninių patyčių padariniai, pavyzdžiui, nemalonūs jausmai, ne visada matomi aplinkiniams, tačiau jie tikrai yra. Empatišką vaikų požiūrį galima lavinti diskutuojant su jais ir teikiant įvairių pavyzdžių apie patyrusius patyčias vaikus, kalbant apie jų išgyvenimus ir akcentuojant, kad bet kokios patyčios žeidžia kitą. Vaikai, patyrę elektronines patyčias, gali jaustis atstumti, vieniši ir sugniuždyti, kartais jiems pasireiškia fiziologinių simptomų, pavyzdžiui, galvos skausmų, jiems gali kilti net minčių apie savižudybę.

✓ **Pagarbos sau ir kitam ugdymas.** Kalbant su vaikais galima pabrėžti paprastą taisyklę: „Tai, ką renkiesi, rodo koks žmogus esi.“ Nesvarbu, kur vyksta bendravimas – elektroninėje erdvėje ar realiame pasaulyje – bendravimo būdas rodo žmogaus kultūrą, išprusimą ir vertybes.

✓ **Visiškas anonimiškumas – tik iliuzija.** Vartotojai nėra visiškai anonimiški ar nematomi virtualioje erdvėje. Dažniausiai mes paliekame pėdsakus tarsi pirštų antspaudus – kiekvienas kompiuteris turi savo IP adresą, pagal kurį jį galima identifikuoti. Netinkamai bendraujant elektroninėje erdvėje, galima pažeisti įstatymus.

Ištraukos iš LR Baudžiamojo kodekso:

„Tas, kas paskleidė apie kitą žmogų tikrovės neatitinkančią informaciją, galinčią paniekinti ar pažeminti tą asmenį arba pakirsti pasitikėjimą juo, baudžiamas bauda arba laisvės apribojimu, arba areštu, arba laisvės atėmimu iki vienerių metų“ (ištrauka iš 154 straipsnio).

„Tas, kas viešai veiksmu, žodžiu ar raštu užgauliai pažemino žmogų, baudžiamas bauda arba laisvės apribojimu, arba areštu, arba laisvės atėmimu iki vienerių metų“ (ištrauka iš 155 straipsnio).

„Tas, kas grasino nužudyti žmogų ar sunkiai sutrikdyti jo sveikatą, jeigu buvo pakankamas pagrindas manyti, kad grasinimas gali būti įvykdytas, baudžiamas viešaisiais darbais arba bauda, arba laisvės apribojimu, arba areštu, arba laisvės atėmimu iki dvejų metų“ (ištrauka iš 145 straipsnio.).

Ugdant vaikų gebėjimą bendrauti pagarbiai nėra rekomenduojama kalbėti vien apie pasekmes ar apie bausmes. Grasinimai apie taikytinas nuobaudas gali tik išprovokuoti vaikų pyktį ir norą laužyti susitarimus. Svarbiau yra akcentuoti taisyklių naudą, aiškinti, kodėl jos yra reikalingos, kalbėti apie tai, kokio elgesio yra tikimasi iš vaikų ir kodėl.

3. REKOMENDACIJOS SUAUGUSIESIEMS

Ir tikrovėje vykstančios, ir elektroninės patyčios turi būti sprendžiamos įsitraukus suaugusiesiems. Labai reikšmingas tėvų ir mokyklos darbuotojų vaidmuo. Kartais manoma, kad suaugusiesiems nevertėtų kištis į patyčių situaciją, nes vaikai turi patys ieškoti sprendimų ir mokėti susitvarkyti su susiklosčiusia padėtimi savarankiškai. Tačiau dažnai pastebima, kad patyrę patyčias vaikai jaučiasi pasimetę ir nežino, kaip į jas reaguoti, arba reagoja nekonstruktyviai, pavyzdžiui, primuša skriaudėją. Tai rodo, kad vaikams reikia suaugusio žmogaus pagalbos, galinčio ne tik patarti, bet ir išklausti vaiką. Taip pat gali prireikti pagalbos ir skriaudikams, ir patyčių stebėtojams. Paprastai neskriaudžiami vaikai retai patys kreipiasi pagalbos, todėl suaugusiesiems sprendžiant dėl patyčių susidariusią situaciją svarbu įtraukti į ją visus joje dalyvaujančius vaikus ir jiems padėti.

3.1. REKOMENDACIJOS UGDYMO ĮSTAIGŲ DARBUOTOJAMS

Kartais ugdymo įstaigų darbuotojai nežino, kiek paplitusios elektroninės patyčios jų mokykloje, nes dažniausiai jos vyksta už mokyklos ribų, t. y. po pamokų. Dėl to kyla klausimas – kokią atsakomybę, sprendžiant elektroninių patyčių problemą, turi prisiimti mokykla?

Suprantama, kad mokyklos darbuotojai negali būti atsakingi už tai, kas vyksta mokinių namuose, negali kontroliuoti vaikų elgesio po pamokų. Nepaisant to, mokyklos vaidmuo, sprendžiant dėl elektroninių patyčių iškilusias problemas, labai svarbus. Dalis vaikų, patiriančių elektronines patyčias, jas patiria ir realiame gyvenime. Pavyzdžiui, mokiniai, pamatę bendraklasio nuotrauką internete, komentuoja ją interneto puslapyje, juokiasi iš jo mokykloje, pravardžiuoja ir šaiposi per pertraukas ar net per pamokas. Taigi dažnai tai, kas vyksta elektroninėje erdvėje, persikelia į tikrą pasaulį. Tokiais atvejais mokyklos darbuotojai gali pastebėti netinkamą elgesį, vykstantį mokyklos teritorijoje, ir jį koreguoti, stabdyti.

Pasitaiko atvejų, kai mokyklos darbuotojai nepastebi netinkamo elgesio, o sužino apie patyčias iš pačių vaikų ar jų tėvų. Dažnai nukentėjęs vaikas ir jo tėvai kreipiasi į mokyklos darbuotojus pagalbos, nes yra pasimetę ir nežino, ką daryti. Toliau aprašomi veiksmai, kurių tokiais atvejais gali imtis mokyklos darbuotojai. Sužinojus apie elektronines patyčias, galima imtis veiksmų.

- ✓ **Įvertinti** grėsmę vaikui, jo sveikatai. Jei grasinama ar persekiojama, pavyzdžiui, vaikui gavus žinutę, kad rytoj jis bus vyresnių mokinių pagautas ir primuštas, galima kreiptis į policiją.
- ✓ **Surinkti informaciją.** Išsiaiškinti, kas skriaudžia, koku būdu, kiek mokinių įsitraukę, kiek laiko patyčios tęsiasi. Jei žinoma, kas skriaudžia, tada galima pa-

sidomėti, kokia yra nukentėjusiojo ir skriaudėjo santykių istorija, pavyzdžiui, ar vaikas kartais nekerštauja savo skriaudėjams pats tapdamas agresoriumi.

Kuo daugiau mokyklos darbuotojai turi informacijos apie situaciją, tuo aiškesnis veikslių planas – sunkumų ir nesusipratimų gali kilti tada, kai situacija nėra išaiškinta iki galo.

✓ **Saugoti įrodymus.** Svarbu išsaugoti vykstančių elektroninių patyčių įrodymus (pavyzdžiui, skriaudėjo žinutę, laišką), geriausiai turėti ir elektroninę, ir spausdintą įrodymų kopijas. Kartais mokyklos darbuotojams gali tekti instrukuoti tėvus apie tai, kaip nukopijuoti ir išsaugoti žinutes, laiškus. Išsaugojus įrodymus, svarbu pašalinti žalingą, žeminančią informaciją iš viešosios, kitiems prieinamos elektroninės erdvės. Tarkime, jeigu prie nuotraukos prirašyti žeidžiantys komentarai, užtenka padaryti ekrano nuotrauką (funkcija „print screen“) ir ją išsaugoti, o pačius komentarus internete ištrinti.

Skriaudėjo tapatybė gali būti aiški, bet pasitaiko situacijų, kai skriaudėjas stengiasi išlikti anonimiškas, naudojasi slapyvardžiu, apsimeta kitu asmeniu. Siekiant nustatyti skriaudėjo tapatybę, galima pasitelkti į pagalbą interneto teikėją ar mobiliojo ryšio operatorių, taip pat galima kreiptis į policiją.

✓ **Pranešti visų įsitraukusių į patyčias vaikų tėvams.** Informavimo būdas ir tikslas priklauso nuo konkrečios situacijos, t. y. nuo to, kas įvyko ir kaip vaikai įsitraukė, nuo patyčias patyrusio vaiko išgyvenimų ir poreikių. Svarbu, kad šie veiksmai nebūtų inicijuoti nukentėjusiam vaikui nežinant. Jeigu apie patyčias sužinoma ne iš nukentėjusio vaiko ar jo tėvų, mokyklos darbuotojai gali patys pradėti kalbėtis su nuskriaustuoju ir siūlyti pagalbą.

✓ **Informuoti** patyčias patiriantį vaiką ir jo tėvus apie galimus problemas sprendimo būdus, organizacijas, į kurias galima kreiptis. Pavyzdžiui, kartais nukentėjusiam vaikui ir jo tėvams gali trūkti techninių žinių apie informacines technologijas, kurias gali suteikti mokykloje dirbantys specialistai.

✓ **Suteikti elektronines patyčias patyrusiam vaikui galimybę gauti emocinę ar psichologinę pagalbą,** pavyzdžiui, pasiūlyti kreiptis į mokykloje dirbantį psichologą, paskambinti emocinę paramą teikiančių tarnybų telefonais.

✓ Jeigu besityčiojantis vaikas lanko tą pačią ugdymo įstaigą kaip ir nuskriaus-



tasis (yra tos pačios įstaigos mokinys), **darbuotojai gali informuoti apie netinkamo elgesio padarinius**, nuobaudas, numatytas už taisyklių laužymą ir nepagarbų elgesį, ir pritaikyti jas skriaudėjui. Vienas iš padarinių – pokalbis su skriaudėjo tėvais. Jų galima prašyti, kad stebėtų savo vaiko elgesį tiek namuose, tiek elektroninėje erdvėje, taikytų naudojimosi kompiuteriu ir kitomis informacinėmis priemonėmis apribojimus. Mokykla ir šeima turėtų veikti išvien, kitaip sėkmingų rezultatų pasiekti sunku.

Pasitaiko, kai tyčiodamasis iš kitų vaikas kerštuoja savo skriaudėjams, t. y. elgiasi agresyviai, nežinodamas, kaip kitaip spręsti susiklosčiusią situaciją ir išlieti pyktį. Tokiu atveju svarbu ne tik priminti apie elgesio padarinius, bet ir suteikti vaikui emocinę ar psichologinę pagalbą, aptarti konstruktyvius reagavimo į patyčias būdus.

✓ **Apsaugoti** patiriantį patyčias vaiką nuo galimo skriaudėjų keršto. Dažniausiai patyčios per vieną dieną nesiliauja, reikia laiko situacijai išanalizuoti, informacijai surinkti, pokalbiams su skriaudėjais ir jų tėvais, todėl kartu su nuskriaustuoju galima apgalvoti jo saugumo planą, t. y., kaip jis galėtų išvengti patyčių (pavyzdžiui, blokuoti siuntėjus, keisti privatumo nuostatas), kam turėtų nedelsdamas pranešti, jei patyčios pasikartos.

Svarbu, kad mokiniai turėtų galimybę saugiai pranešti apie patiriamas patyčias, nebijotų įstaigos darbuotojų reakcijos, kad gali būti nesuprasti ar nuvertinti. Kai į vaiko žodžius nereaguojama, gali būti sukuriama nuomonė, kad tyčiojimas yra normalus elgesys. Netinkamo elgesio nepaisymas gali leisti mokiniams patikėti, kad į elektronines patyčias mokyklos darbuotojai rimtai nežiūri.

3.1.1. Elektroninių patyčių prevencija mokykloje

Mokykla gali imtis įvairių prevencinių žingsnių. Patirtis rodo, kad Lietuvoje sėkmingai įgyvendinamos smurto ir patyčių prevencijos programos, numatančios nuoseklius problemas sprendimo veiksmus. Elektroninių patyčių klausimas, kaip papildomas segmentas, gali būti įtraukiamas į jau vykdomą patyčių prevencijos programą ar kitas prevencines veiklas.

a) Pirmas žingsnis, vykdant patyčių prevenciją, yra šio reiškinio **paplitimo įvertinimas**. Vienas iš būdų tai padaryti – anonimiška mokinių apklausa. Klausimynas gali vertinti skirtingų formų patyčias. Norint daugiau sužinoti apie elektronines patyčias, galima vertinti įvairiausių elektroninių patyčių būdų paplitimą (įžeidinėjimus, persekiojimą ir kt.), virtualios erdvės vietas, kur jos pasireiškia („Facebook.com“, „one.lt“, „draugas.lt“ ir kt.), tokio elgesio dažnumą. Atlikus apklausą, gali būti naudinga rezultatus palyginti pagal klases ir lytį. Tinkamai atlikta apklausa parodys, kokia situacija yra konkrečioje mokykloje. Remiantis gautais duomenimis galima imtis tolesnių prevencinių žingsnių.

b) **Mokyklos strategija**. Patyčių mastą norinti sumažinti mokykla turėtų sukurti strategiją, kurioje būtų aiškiai įvardijama, kaip mokykla vertina tyčioji-

mąši ir ko siekia.

Strategijoje pirmiausia turėtų būti aiškiai apibrėžtas patyčių reiškinys ir skirtingos jo formos, nes šis reiškinys kartais suprantamas nevienodai. Pavyzdžiui, mokiniams gali atrodyti visiškai normalu rašyti pašiepiamus komentarus apie savo bendraklasius, jie tokio elgesio gali nepriskirti patyčioms. Todėl strategijoje svarbu apibrėžti, koks elgesys laikomas netinkamu mokymo įstaigoje ir aiškiai aprašyti, kokie veiksmai priskiriami prie patyčių. Remiantis aprašytu apibrėžimu, kuriamos taisyklės ir skiriamos nuobaudos už jų pažeidimą.

Strategijoje taip pat gali atsirasti aiškių nurodymų apie informacinių technologijų naudojimą mokykloje: informavimas apie naudojimosi apribojimą, apie mokyklos darbuotojų veiksmus, siekiant užtikrinti saugumą (pavyzdžiui, blokavimo programų diegimą), įspėjimas apie taisyklių pažeidimo padarinius.

Strategijos turinys turi būti aiškus ir suprantamas tiek vaikams, tiek jų tėvams, o strategija gali būti pristatyta visai bendruomenei mokslo metų pradžioje.

c) Įstaigos personalo mokymai. Mokymai gali suteikti mokyklos darbuotojams žinių apie patyčių reiškinį, jų priežastis ir padarinius, reagavimo į patyčias ir jų prevencijos būdus. Be to, dauguma mokyklos darbuotojų, dirbdami su mokiniais, turėtų ugdyti jų sąmoningumą saugumo virtualioje erdvėje klausimais. Tačiau vykstant nuolatiniam technologijų progresui, žinios greitai sensta, tad specialistai turi visą laiką mokytis ir atnaujinti turimus įgūdžius. Ugdomo įstaigos personalui svarbu žinoti, kuriose interneto svetainėse daugiausia laiko praleidžia jaunimas, kokios yra informacinių technologijų funkcijos ir galimybės, kaip galima atpažinti elektronines patyčias ir kokios jų dažniausios formos. Šių žinių mokyklos darbuotojams gali suteikti samdomi konsultantai ar įstaigoje dirbantys specialistai, turintys reikiamą išsilavinimą ir patirtį.

d) Tėvų švietimas. Tėvų vaidmuo sprendžiant patyčių situacijas yra labai svarbus. Ypač reikšmingas tėvų indėlis, kai elektroninės patyčios vyksta už mokyklos teritorijos ribų, pavyzdžiui, namuose.

Tėvai ne visada žino, kokią informaciją apie save vaikai pateikia viešoje erdvėje, kaip bendrauja, taip pat jiems gali trūkti informacijos apie tai, kur vyksta elektroninės patyčios ir kokiais būdais vaikai tyčiojasi vieni iš kitų. Mokykla gali raginti tėvus domėtis tuo, ką vaikai veikia internete, skatinti juos dalyvauti šviečiant



vaikus. Tėvams galima pateikti saugumo internete rekomendacijų susirinkimų ir kitų susitikimų metu, siunčiant informacinius laiškus. Tokio pobūdžio laiške galima pastebėti, kad vaikai dažnai elgiasi neatsargiai elektroninėje erdvėje, viešina apie save per daug asmeninės informacijos, ir paprašyti tėvų pasidomėti savo vaikų virtualia reputacija. Taip pat tėvams gali būti pateikta naudinga informacija apie vaikų saugumą virtualioje erdvėje: apie tai, į ką galima kreiptis pagalbos susidūrus su konkrečiais interneto pavojais, paaiškinti, kada rekomenduojama kreiptis į mokyklą, policiją, nurodyti mokyklos darbuotojo, galinčio konsultuoti tėvus saugumo internete klausimais, kontaktus.

Mobiliųjų telefonų ir kompiuterių naudojimo taisyklės ugdymo įstaigoje

- ✓ Mokykla gali riboti naudojimąsi mobiliaisiais telefonais, pavyzdžiui, uždrausti naudotis mobiliaisiais telefonais pamokų metu, neleisti fotografuoti ir filmuoti mobiliųjų telefonų kameromis tiek per pamokas, tiek per pertraukas.
- ✓ Mokykla gali skirti vieną ar du darbuotojus, atsakingus už saugumo elektroninėje erdvėje užtikrinimą įstaigoje. Tokie darbuotojai techniškai prižiūrėdami kompiuterius gali reguliariai tikrinti mokyklų kompiuterių standžiųjų diskų turinį. Pavyzdžiui, stebėti, ar mokiniai neįrašė savo asmeninės informacijos į mokyklos kompiuterį, t. y. tokios informacijos, kuri neturi būti viešai prieinama. Taip pat paskirti darbuotojai gali prižiūrėti užkardas, diegti filtravimo ar stebėjimo programas, peržiūrėti duomenis (stebėjimo programos leidžia peržiūrėti naršymo internete istoriją).
- ✓ Kompiuterių klasėje gali būti pakabintos trumpos saugumo instrukcijos. Pavyzdžiui, priminimas išsiregistruoti iš svetainės; priminimas nelaikyti savo asmeninės informacijos bendro naudojimo kompiuteryje ir kt.
- ✓ Mokiniais gali būti pateikiamas rekomenduojamų svetainių sąrašas, kur vaikai gali rasti atsakymus į jiems rūpimus klausimus. Svetainių sąrašas gali būti pateikiamas tada, kai mokytojas užduoda namų darbų ir prašo rasti informacijos internete. Internetas – didžiulis tinklas, kuriame yra daug vaikams žalingų dalykų, todėl akiai ieškodamas informacijos ir neturėdamas aiškių nurodymų vaikas gali aptikti ir netinkamo turinio informacijos.
- ✓ Taisyklės gali drausti naudotis informacinėmis technologijomis mokyklos teritorijoje turint tikslą pažeminti kitą (-us). Pavyzdžiui, negalima susirašinėti vartojant keiksmazodžius, platinti žeminančių vaizdų, nuotraukų. Jeigu nustatius elektronines patyčias paaiškės, kad žinutės, laiškas ar kita žeidžianti informacija buvo išsiųsta pamokų metu ar iš mokyklai priklausančių kompiuterių, skriaudėjai gali susilaukti nuobaudų už taisyklių pažeidimą.
- ✓ Taisyklėse gali būti aprašytos instrukcijos, kaip mokinys turi elgtis pamatęs netinkamą turinį virtualioje erdvėje (pavyzdžiui, turi pakviesti darbuotoją, atsakingą už saugumo elektroninėje erdvėje užtikrinimą).
- ✓ Tos pačios taisyklės turėtų galioti ir mokyklos darbuotojams.

3.1.2. Moksleivių švietimas

Atliekant prevencinį darbą mokykloje, svarbu aiškinti moksleiviams apie tinkamą bendravimą ir saugų elgesį elektroninėje erdvėje.

- ✓ Pirmiausia **supažindinkite** mokinius su bendromis saugumo taisyklėmis:
 - a) svarbu atsargiai parinkti prisijungimo (vartotojo) slaptažodžius ir nesidalyti jais su kitais, net su savo geriausiais draugais, taip pat nereikėtų jungtis prie savo pašto ar profilio stebint kitiems;
 - b) reikėtų kruopščiai apgalvoti, kokią informaciją apie save galima pateikti. Vertėtų vengti skelbti savo kontaktinės informacijos (telefono numerio, gyvenamos vietos adreso, mokymo įstaigos ir t. t.);
 - c) kaip ir realiame pasaulyje, virtualioje erdvėje egzistuoja bendravimo etiketo taisyklės, kurių reikėtų laikytis.

✓ **Paašškinkite moksleiviams**, kaip susidūrę su elektroninėmis patyčiomis jie galėtų elgtis ir į ką kreiptis. Kalbėkite su moksleiviais apie suaugusiųjų vaidmenį, sprendžiant patyčių situaciją. Skatinkite vaikus dalytis ir pasakoti suaugusiesiems apie patiriamas patyčias.

✓ **Kalbėkite su vaikais apie reikšmingą stebėtojų vaidmenį**, kai tyčiojama elektroninėje erdvėje. Aptarkite, kaip stebėtojai galėtų reaguoti, bandydami užstoti patyčias patiriantį vaiką, pavyzdžiui, apie tai papasakoti mokyklos darbuotojui.

✓ **Įtraukite mokinius į prevencijos programą**. Kvieskite vyresnių klasių mokinius ieškoti informacijos apie virtualios erdvės saugumą, rengti prezentacijas ir vesti kitiems mokiniams pamokas apie interneto pavojus ir tai, kaip jų išvengti. Dažnai informacija, išgirsta iš bendraamžių ar vyresnių vaikų, mokiniams gali atrodyti įdomesnė, aiškesnė ir prieinamesnė, negu pristatyta suaugusio žmogaus. Tokio pobūdžio pamokos gali būti organizuojamos suaugusiesiems pržiūrint. Patirties iš mokinių gali semtis ir mokyklos darbuotojai – mokiniai gali būti puikūs patarėjai informacinių technologijų klausimais. Suaugusiųjų pasitikėjimas vaikais ir įtraukimas į prevencinę veiklą gali kelti jų savivertę ir gerinti socialinius įgūdžius.

Bendravimo virtualioje erdvėje etiketas. Rekomendacijos mokiniams

✓ Patikrink, ar tinkamai nurodei adresatus, ar iš tiesų informaciją siunti tiems, kam norėtum išsiųsti. Kartais, nepatikrinę elektroninio pašto adreso, galime išsiųsti informaciją tiems, kurie jos neturėtų matyti ar galėtų paviešinti kitiems asmenims.

✓ Ar informacija verta dėmesio? Kartais žmonės gaišta savo ir kitų laiką, siųsdami kitiems beprasmius laiškus. Neverta akiai persiuntinėti informacijos, dėl kurios tikrumo ar naudingumo abejoji, – siųsdamas nepatikrintą ir neaiškią informaciją gali prisidėti prie gandų skleidimo. Taip pat turėk omenyje, kad įtartinų elektroninių laiškų adresatas gali net ir neskaityti, todėl nepamiršk įrašyti aiškią laišką

temą, o pagrindinio laiško turinio neprisiek. Laiškas gali atrodyti įtartinas, jei jo tema nėra suprantama (pavyzdžiui, „ThhYTR0lu“). Taip pat įtartina atrodo laiškas, siųsti nepažįstamų ar mažai pažįstamų žmonių su prisegta informacija (ne pagrindiniame lauke) – tokį laišką adresatas gali tiesiog ištrinti.

✓ Neįžeidinėk kitų elektroninėje erdvėje. Elkis su kitais taip, kaip norėtum, kad elgtųsi su tavimi. Kartais mes įžeidžiame kitą to nenorėdami, todėl jeigu taip nutiko, labai svarbu atsiprašyti. Tam, kad bendraudamas išvengtum nesusipratimų, patariama, diskutuojant aštriomis visuomenėje temomis, pavyzdžiui, politikos, religijos, seksualinės orientacijos ir kitais panašiais klausimais, internete su mažai pažįstamais žmonėmis, vengti kategoriškų pasisakymų. Be to, bendraudamas su kitos tautybės (kultūros) žmogumi įsitikink, kad tave tinkamai supranta – kartais nesusipratimai kyla dėl kultūrinių skirtumų.

✓ Neplatink informacijos apie kitus žmones jų neatsiklausęs. Jeigu su tavimi kas nors pasidalijo asmenine informacija, be leidimo jos platinti negalima, nes ji skirta tik tau.

✓ Atsakymas į piktus laiškus. Gavę piktą laišką, galime supykti ir parašyti labai emocionalų atsakymą, kuris išprovokuotų dar didesnę konfliktą. Bendravimas elektroninėje erdvėje suteikia galimybę neskubėti atsakyti – palaukti, pagalvoti. Kartais geriau nepulti atsakinėti iš karto, bet leisti sau apsvarstyti atsakymą. Be to, jeigu tave įžeidinėja elektroninėje erdvėje – žinok, kad tai nėra tavo kaltė. Visada esi vertas, kad su tavimi bendrautų pagarbiai. Todėl neįsitrauk į elektroninį ginčą ar įžeidinėjimų užburtą ratą – išsaugok piktus laiškus ir parodyk juos suaugusiems kaip patyčių įrodymus.

✓ Prisimink, kad informacija, kurią platini, gali būti prieinama daugeliui žmonių – neviešink internete tokios informacijos, kurios nenorėtum rodyti savo tėvams.

Rekomendacijos patyčias patiriančiam vaikui

✓ Visų pirma neatsakinėk į jokių bandymus susisiekti (pavyzdžiui: žinutes, skambučius, el. laiškus), kuriais siekiama trukdyti ar reikalaujama atkreipti dėmesį. Atsakymas, dėmesio atkreipimas skatina tęsti patyčias.

✓ Neištrink žinučių. Jeigu tau atrodo, kad žinutėmis siekiama pasityčioti, įbauginti, užpulti, išsaugok jas ir pateik vėliau kaip įrodymus. Žinučių nebūtina skaityti.

✓ Blokuok siuntėją. Galima užblokuoti telefono numerį, iš kurio gaunamos nemalonus žinutės ar sulaukiama skambučių. Interneto svetainėse, pavyzdžiui, socialiniuose tinkluose, taip pat galima užblokuoti tave įžeidinėjantį asmenį, pakeitus privatumo nuostatas.

✓ Pranešk apie netinkamą elgesį žmonėms ar organizacijoms, kurios gali padėti. Galima kreiptis į svetainės administratorių arba karštąją liniją (www.draugiskasinternetas.lt). Jeigu nori gauti atsakymą iš karštosios linijos darbuotojų, nurodyk savo kontaktus. Patiriant elektronines patyčias galima kreiptis ir į policiją bendruoju numeriu 112 arba el. paštu info@policija.lt.

✓ Venk elektroninės erdvės vietas, kuriose galėtum sutikti skriaudėjų. Pavyzdžiui, jeigu prie tavęs priekabiaujama tau žaidžiant internetinį žaidimą, pabandyk susi-

rasti kitą vietą ar būdą, kaip galėtum žaisti šį žaidimą.

✓ Kalbėk su žmonėmis, kuriais pasitiki. Pokalbis su tėvais, draugais, mokytojais ir kitais žmonėmis – puikus būdas pradėti spręsti problemą.

Rekomendacijos patyčias stebinčiam vaikui

✓ Jeigu pastebėjai kitą žmogų ižeidžiančią informaciją, neperžiūrinėk jos, nepersiuntinėk kitiems, bet iš karto informuok suaugusįjį. Jeigu gali, prieš kreipdamasis į suaugusįjį, išspausdink netinkamą informaciją kaip įrodymą.

✓ Užstok nuskriaustąjį – parašyk palaikantį komentarą, kaip atsaką į ižeidimus.

✓ Gražiai elkis su nukentėjusiu vaiku. Jeigu jį pažįsti, pasistenk praleisti su juo daugiau laiko. Jeigu žinai, kad iš jo tyčiojasi, bet vaikas pats nesikreipia pagalbos, paragink jį papasakoti apie tai suaugusiesiems, kuriais jis pasitiki.

3.2. REKOMENDACIJOS TĖVAMS

Internetas ir kitos informacinės technologijos yra vaikų socializacijos įrankiai. Naudodamiesi jomis vaikai siunčia elektroninius laiškus, žinutes, kuria savo svėtaines, dalijasi patirtimi tinklaraščiuose, aktyviai dalyvauja pokalbių kambariuose vykstančiose diskusijose ir pasisako forumuose. Deja, vaikai gali ne tik įgyti naudingos ir įdomios patirties, bet ir susidurti su nemaloniomis situacijomis. Toliau pateikiama rekomendacijų, leisiančių tėvams geriau suprasti savo vaikų elgesį elektroninėje erdvėje, ir žinių, kaip jie galėtų padėti vaikams, jei šie susidurtų su elektroninėmis patyčiomis.



3.2.1. Rekomendacijos, kaip užtikrinti vaikų saugumą elektroninėje erdvėje

Kartais tėvai mano, jeigu vaikas leidžia laiką namie ir naudojami kompiuteriu neišeidamas iš savo kambario, jis yra saugus ir jam nieko negali atsitikti. Tačiau vaikas gali patirti patyčias net neišeidamas iš namų. Taigi svarbu domėtis tuo, ką vaikas veikia būdamas virtualioje erdvėje. Kartais tėvų domėjimąsi vaikai gali vertinti kritiškai – „tai ne tavo reikalas“. Tačiau tėvų pareiga yra užtikrinti savo vaikų saugumą tiek realiame gyvenime, tiek virtualiame pasaulyje. Toliau pateikti keli būdai, kaip galima įsitraukti į virtualų savo vaikų gyvenimą ir siekti užtikrinti jų saugumą.

- ✓ Laikykite kompiuterį bendroje patalpoje ir periodiškai tikrinkite, ką jūsų vaikas su juo veikia. Kalbėkite su vaiku, kokios veiklos internete jam patinka, kuo jis domisi, kokios informacijos dažniausiai ieško.

- ✓ Padėkite vaikui atskirti, ką jam galima skelbti virtualioje erdvėje, o ko nevertėtų viešinti. Pirmiau buvo aprašytos kelios informacijos rūšys: kontaktinė informacija, informacija apie interesus, informacija apie privatų gyvenimą ir reputacijai kenkianti informacija. Svarbu vaikui paaiškinti, kokią informaciją apie save rizikinga atskleisti viešojoje erdvėje.

- ✓ Pabrėžkite slaptažodžių parinkimo ir saugojimo svarbą. Vaikai savo prisijungimo duomenis gali atskleisti artimam draugui ar draugams, tačiau to daryti nevertėtų. Paaiškinkite jiems, kad nurodžius tokio pobūdžio informaciją padidėja rizika, kad šie duomenys bus prieinami ir kitiems žmonėms. Pavyzdžiui, anksčiau Agnė ir Ona buvo geriausios draugės, viską viena kitai pasakojo ir pasidalijo prisijungimo prie elektroninio pašto duomenimis. Po kurio laiko draugės susipyko ir Ona Agnės vardu pradėjo rašyti buvusiai draugei patinkančiam bendraklasiui meilės laiškus, norėdama iš jos pasijuokti.

- ✓ Kalbėkite su vaiku apie bendravimo su nepažįstamais žmonėmis galimą riziką, t. y., kiek nepažįstamajam galima apie save pasakoti. Klauskite, ar vaikas tikras, kad vėliau ši informacija nebus to žmogaus paviešinta ar panaudota netinkamais tikslais.

Jei jūsų vaikas ketina susitikti su internetiniu draugu – aptarkite tai su juo. Susitikimas su bet kuriuo nepažįstamuoju yra potencialiai rizikingas. Nevertėtų vaiko gąsdinti baisiomis istorijomis apie vagystes ar prievartavimus, bet kalbėti apie galimus padarinius, aptarti realius pavojus – būtina. Vaikas gali prisiminti daug girdėtų gražių draugystės istorijų, prasidėjusių nuo „aklo pasimatymo“, todėl nuvertinti jo norą susitikti su internetiniu draugu būtų netinkama. Tą tėvams svarbu priimti, suprasti, tačiau nepamiršti ir apie saugumą užtikrinančius veiksmus. Pavyzdžiui, į susitikimą su nepažįstamu nauju draugu reikėtų eiti kartu su suaugusiuoju (tėvai gali tiesiog palydėti savo vaiką ir įsitikinti, kad virtualus draugas iš tikrųjų yra tas, kas prisistatė), susitikimą planuoti derėtų tik viešojoje vietoje, kur yra daug žmonių.

- ✓ Tėvai gali domėtis ir apsilankyti interneto erdvėse, kur dažniausiai lankosi

vaikai ir paaugliai, t. y. žinoti apie tai, kokie socialiniai tinklai yra populiarūs, kodėl jie yra įdomūs vaikams, kuo galima užsiimti virtualioje erdvėje, kokių yra naujovių.

✓ Patikrinkite, kokia informacija apie jūsų vaiką prieinama virtualioje erdvėje. Kartais užtenka suvesti vaiko vardą, pavardę į naršyklę ir pasižiūrėti, kokių duomenų rasite: kaip vaikas save pateikia internete, kur lankosi, kokius komentarus rašo, kokią informaciją apie save skelbia ir kt. Vaikai gali neigiamai reaguoti į tokius tėvų veiksmus ir vertinti tai kaip šnipinėjimą, tačiau jeigu šią informaciją galėję pamatyti tėvai, vadinasi, ji prieinama daugumai žmonių ir nėra privati.

✓ Įdiekite į savo namų kompiuterį filtravimo ir stebėjimo programas. Daugiau apie tai – <http://www.draugiskasinternetas.lt/lt/adult/veikite/filters>

3.2.2. Pagalba vaikui, patiriančiam elektronines patyčias

Žinoma, kad realiame gyvenime patiriamos patyčios gali turėti rimtų ir ilgalaikių padarinių: gali mažėti vaiko pasitikėjimas savimi, kilti pyktis dėl išgyventos neteisybės, atsirasti noras praleidinėti pamokas, vengti eiti į mokyklą, gali prastėti vaiko akademiniai rezultatai. Elektroninių patyčių padariniai gali būti dar sudėtingesni, nes patyčios virtualioje erdvėje vyksta 24 valandas per parą, informacija labai greitai plinta ir paprastai sunkiai pašalinama iš virtualios erdvės. Susidūrus su elektroninėmis patyčiomis vaikui būtina jo artimų žmonių pagalba.

Kartais gana lengva suprasti, kad vaikas patiria patyčias, nes jis pats pasipasakoja tėvams, norėdamas pasidalyti savo išgyvenimais ir jausmais. Tačiau būna situacijų, kai vaikai slepia nuo tėvų ar nenori pasakoti to, kas jiems nutinka elektroninėje erdvėje. Taip gali būti dėl skirtingų priežasčių: vaikai mano, kad suaugusieji jiems niekuo nepadės, jaučiasi per daug išsigandę ir pasimetę arba nusprendžia, kad patys yra kalti dėl patyčių, išgyvena gėdą. Be to, vaikai gali paprasčiausiai nenorėti nuliūdinti tėvų, gali bijoti skubotos ir impulsyvios suaugusiųjų reakcijos (pavyzdžiui, kai skubotai nusprendžiama „pamokyti“ skriaudėjus, susisiekti su jų tėvais ir pan.). Kartais tėvai, bandydami apsaugoti savo vaikus nuo elektroninių patyčių, uždraudžia jiems naudotis internetu, mobiliaisiais telefonais. Tačiau tokios reakcijos vaikai taip pat gali bijoti – nenorėdami likti atskirti nuo bendravimo virtualiame pasaulyje, jie gali vengti pasakoti tėvams apie elektronines patyčias.

Susidūrus su elektroniniais skriaudėjais vaiko elgesys kartais pasikeičia, tad tėvai gali pastebėti **požymius, rodančius, kad vaikas patiria elektronines patyčias**. Toliau aprašyti ženklai yra bendro pobūdžio. Jie gali signalizuoti ne tik apie patyčias, bet ir apie kitus dalykus, pavyzdžiui, vaiko nenoras su tėvais dalytis tuo, ką jis veikia internete, gali būti susijęs su nauja internete užmegzta pažintimi, o galbūt šeimoje tiesiog nėra įprasta pasakoti apie savo asmeninius išgyvenimus. Kad ir kaip būtų, pastebėtas pasikeitęs vaiko elgesys, kylantys neigiami jausmai – signalas tėvams, kad kažkas vaiko gyvenime įvyko ir jam gali reikėti suaugusiųjų pagalbos.

Požymiai, galintys rodyti, kad vaikas patiria elektronines patyčias

✓ **Vaikui pasinaudojus kompiuteriu dažnai kyla nemalonūs jausmai (pyktis, liūdesys ir kt.).**

Grįžęs iš mokyklos Jonas iš karto bėga į savo kambarį ir įsijungia kompiuterį, lyg norėdamas kažką patikrinti. Po to jis būna labai liūdnas ir net atsisako pietauti.

✓ **Vaikas vengia kalbėti apie tai, ką veikia internete, su kuo bendrauja ir kt.**

Agnė nuolat sėdi savo kambaryje ir bendrauja su kažkuo per „Skype“, ji nenori sakyti mamai, su kuo bendrauja. Po šių pokalbių ji būna tyli, užsisklendžia savyje.

✓ **Dažnai kinta vaiko nuotaika.**

Petras dažnai žaidžia kompiuterinius žaidimus ir sako, kad jam gerai sekasi, dažnai laimi prieš kitus. Tačiau pastaruoju metu jis nesidžiaugia savo laimėjimais, o išjungęs kompiuterį būna irzlus, greitai supyksta, po to staiga nuliūsta ir apsisverkia dėl neaiškios priežasties.

✓ **Vaikas visiškai nustoja naudotis kompiuteriu ar mobiliuoju telefonu.**

Simas labai prašė tėvų nupirkti kompiuterį, tad tėvai jam jį padovanojo gimtadienio proga. Po kurio laiko tėvai pastebėjo, kad Simas vis rečiau jį įsijungia ir vengia pasakoti, kodėl taip daro.

Rekomendacijos tėvams, kurių vaikai patiria elektronines patyčias

✓ **Kalbėkite** su savo vaiku ir išklauskite jį. Stenkitės bendrauti nekritikuodami ir nekaltindami, net jei jums atrodo, kad patyčios prasidėjo po vaiko neat-sargaus ir neapgalvoto poelgio. Bet kuriuo atveju vaikui svarbu jaustis išgirstam ir priimtam.

✓ **Identifikuokite skriaudėjus.** Skriaudėjai gali stengtis išlikti anonimiški, neatskleisti savo vardo ir pavardės, naudotis slapyvardžiu. Tokiu atveju kreipkitės į interneto paslaugų teikėją arba į policiją.

✓ **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.

✓ **Ignoruokite skriaudėją arba parašykite jam trumpą laišką (žinutę)**, įspėkite – jeigu jis nenustos tyčiotis, kreipsitės į atitinkamas institucijas.

✓ **Paašikinkite** vaikui, kaip jis galėtų išvengti patyčių: blokuoti siuntėją, keisti privatumo nuostatas, pranešti apie netinkamą kitų elgesį ir įžeidinėjimus sve-tainės administratoriui ar karštajai linijai (www.draugiskasinternetas.lt). Visa tai vaikas gali padaryti padedamas suaugusiųjų. Norėdami gauti atsakymą iš karštosios linijos darbuotojų, nurodykite savo kontaktinius duomenis. Tačiau tai nėra privaloma – pildydami formą galite išlikti anonimiški.

- ✓ Jeigu skriaudėjai yra vaiko bendraklasiai ar tos pačios mokyklos mokiniai, **kreipkitės į ugdymo įstaigos personalą:** klasės auklėtoją, administraciją ar mokykloje dirbančius specialistus. Vaiko negalima palikti vieno spręsti elektroninių patyčių problemos, jam reikia suaugusiųjų pagalbos. Mokyklos darbuotojai gali suteikti daugiau informacijos apie skriaudžiančius jūsų vaiką moksleivius, taip pat gali taikyti drausminimo priemones netinkamai pasielgusiems vaikams, tarpininkauti bendraujant su skriaudėjų tėvais ar su teisėsaugos institucijomis.
- ✓ **Padėkite vaikui užmegzti draugiškus santykius su bendraamžiais.** Įtraukite jį į veiklas, kad vaikas galėtų susirasti naujų draugų, jaustis priimamas ir saugus. Tai padėtų atkurti vaiko savivertę, paskatintų labiau pasitikėti savimi.

Atsakingosios institucijos

Policija. Išsiuntus informaciją šiuo elektroninio pašto adresu info@policija.lt, ji patenka į Nusikaltimų elektroninėje erdvėje tyrimo valdybą. Ši institucija atlieka elektroninę tinklų žvalgybą ir užsiima sukčiavimo, grasinimo bei kitų sričių ikiteisminiais tyrimais. Daugiau informacijos – www.policija.lt.

Valstybinė duomenų apsaugos inspekcija (<http://www.ada.lt>) užtikrina asmens duomenų apsaugą. Į inspekciją galima kreiptis, kai Lietuvos Respublikos asmens duomenų teisinės apsaugos įstatyme ar Lietuvos Respublikos elektroninių ryšių įstatyme nustatytos teisės gali būti pažeistos.

Ryšių reguliavimo tarnyboje veikianti karštoji linija priima ir nagrinėja pranešimus apie neteisėtą ar žalingą turinį ir (arba) neteisėtą veiklą internete. Pranešimo formą galima užpildyti apsilankius interneto puslapyje www.draugiskasinternetas.lt. Užpildyti pranešimo anketą galima tada, kai aptinkama pedofilinio, pornografinio, rasinę ir tautinę nesantaiką kurstančio pobūdžio informacijos. Norint gauti atsakymą, svarbu nurodyti savo kontaktus.

3.2.3. Ką daryti, jeigu vaikas tyčiojasi iš kitų?

Tėvams gali būti sunku pripažinti, kad jų vaikas netinkamai elgiasi su kitais vaikais. Tačiau kuo anksčiau bus pripažinta problema ir kuo greičiau ji bus sprendžiama, tuo didesnė tikimybė išvengti nemalonių padarinių. Juk juos patiria ne tik aplinkiniai, bet ir pats kitus skriaudžiantis vaikas.

Labai retai vaikai patys papasakoja, kad pasielgė netinkamai, paprastai už juos tai padaro suaugusieji – skriaudžiamo vaiko tėvai ar mokyklos darbuotojai. Tačiau pasitaiko atvejų, kai stebint vaiko elgesį galima pamatyti įsitraukimo į patyčias požymių.

Požymiai, galintys rodyti, kad vaikas virtualioje erdvėje tyčiojasi iš kitų

✓ **Perdėtas noras naudotis kompiuteriu.**

Tomas grįžęs namo pamiršta padaryti namų darbus, tačiau labai daug laiko praleidžia prie kompiuterio, išmoko naudotis piešimo programa ir rodo tėvams įvairiausias bendraklasių karikatūras. Be to, iš jo kambario dažnai girdisi garsus juokas ir kikenimas.

✓ **Vaikas naudojasi skirtingais vartotojų vardais, įvairiais el. paštais. Kartais tai gali rodyti, kad jis naudoja ne savo prisijungimo duomenis.**

Tėvai aptiko, kad jų sūnus Linas turi ne vieną elektroninį paštą ir naudoja skirtingus, nepaaiškindamas priežasties. Be to, tėvai pastebi, kad kartais Linas prie socialinio tinklo „Facebook“ jungiasi vis kitokiais vardais. Kaip išaiškėjo, vienas iš prisijungimo vardų buvo ne Lino, o jo bendraklasio.

✓ **Vaikas slepia ir nepasakoja apie tai, ką veikia internete.**

Pastaruoju metu Matas nepasakoja tėvams, ką veikia internete, lyg kažką slėpdamas. Pavyzdžiui, suaugusiesiems įėjus į kambarį ar priėjus arčiau uždaro interneto svetainės langą ar išjungia monitorių.

✓ **Vaikas agresyviai elgiasi realiame gyvenime ar bendrauja (draugauja) su skriaudėjais.**

Aptarti požymiai nebūtinai rodo, kad vaikas yra prisidėjęs prie patyčių, taip jis gali elgtis ir dėl kitų priežasčių. Tačiau pastebėjus nebūdingą vaikui elgesį, galima domėtis, dėl ko tokie pokyčiai įvyko.

Rekomendacijos tėvams, kurių vaikas tyčiojasi iš kitų

✓ Kalbėkite su vaiku apie elektronines patyčias ir apie tai, kokių padarinių jos gali turėti nuskriaustajam. Ugdykite vaiko empatiją, skatindami susimąstyti apie tai, kaip jis pats jaustųsi būdamas auka. Kartais virtualus ir realus gyvenimas vaikų suvokiami kaip du skirtingi ir tarpusavyje nesusiję pasauliai, tačiau reikia pabrėžti – nors patyčios vyksta elektroninėje erdvėje, kitam skauda tikrovėje.

✓ Priminkite arba informuokite apie netinkamo elgesio padarinius, pavyzdžiui, iš vaiko gali būti atimamos privilegijos naudotis kompiuteriu.

✓ Rodykite vaikui elgesio pavyzdį. Atminkite, kad vaikai mokosi ir perima elgesio modelį, stebėdami aplinką ir juos supančius žmones. Pagalvokite, ar patys pagarbiai bendraujate internete ir realiame gyvenime. Jeigu taip, priminkite, kad vaikai gali imti pavyzdį iš jų.

✓ Apribokite naudojimąsi technologinėmis priemonėmis. Pavyzdžiui, vaikas gali naudotis kompiuteriu tik tada, kai suaugusieji yra namie. Įdiekite blokavimo, turinio filtravimo ir stebėjimo programas į savo namų kompiuterį.

✓ Aptarkite su vaiku bendravimo internete etiketą. Kaip ir realiame pasaulyje, virtualioje erdvėje taip pat egzistuoja tam tikros bendravimo taisyklės. Paprastai

vaikai drąsiau elgiasi bendraudami virtualiai, leidžia sau pasakyti daugiau, negu būtų pasakę gyvai akis į akį. Jiems galima paaiškinti, kad bendraujant virtualioje erdvėje reikėtų su kitais elgtis taip pat pagarbiai, kaip ir tikrame gyvenime.

3.2.4. Pokalbiai su vaikais, stebinčiais elektronines patyčias

Jeigu jūsų vaikas neįsitraukia į patyčias, t. y. nėra skriaudžiamas ir ne-skriaudžia kitų, tai dar nereiškia, kad jam ši problema nėra aktuali. Jūsų vaikas gali tapti patyčių stebėtoju, pavyzdžiui, žiūrėti nufilmuotas smurtines scenas, skaityti žeidžiančius komentarus internete ir kt.

Patyčių stebėtojų vaidmuo yra be galo svarbus. Paprastai vaikų, kurie tiesiogiai neįsitraukia į patyčias, yra daugiau negu skriaudėjų. Stebėtojai gali palai-kyti skriaudėjus paspausdami mygtuką „patinka“ (angl. like) po komentarų, per-siūsdami provokuojančią informaciją kitiems arba tiesiog niekaip nereaguodami į elektroninėje erdvėje vykstančias patyčias. Toks stebėtojų elgesys gali dar labiau žeisti patyčias patiriantįjį.

Kalbėkite su vaikais apie tai, kad patyčios nėra tinkamas elgesys, o apie tokius veiksmus svarbu pranešti suaugusiesiems. Vaikai-stebėtojai gali patys bijoti tapti skriaudėjų aukomis ir vengti pasakoti apie patyčias kitiems. Tačiau tylėjimas nesumažina rizikos tapti patyčių objektu, o kartais net padidina, nes skriaudėjas ir toliau nėra drausminamas. Atkreipkite vaikų dėmesį į tai, kad jų vaidmuo paste-bėjus patyčias yra reikšmingas, o nepritarimas skriaudėjui gali būti didelė pagalba nuskriaustajam ir svarbus žingsnis problemos sprendimo link.

PAGALBOS GALIMYBĖS

PSICHOLOGINĖ PAGALBA

Kartais patyrusiems pažemintų žmonėms ar jų artimiesiems prireikia psichikos sveikatos specialisto pagalbos.

Paprastai psichologinė pagalba prieinama šiose vietose:

- ✓ **mokyklose.** Daugelyje Lietuvos mokyklų dirba psichologai ir socialiniai pedagogai;
- ✓ **poliklinikoje.** Nemokamą psichologinę pagalbą galima gauti susisiekus su savo rajono poliklinikos Psichikos sveikatos centru;
- ✓ **pedagoginėse psichologinėse tarnybose.** Tai įstaigos, teikiančios specialiąją pedagoginę ir psichologinę pagalbą vaikams, jaunuoliams (iki 21 m.), tėvams (ar vaikų globėjams, rūpintojams), gyvenantiems savivaldybės teritorijoje, ir toje teritorijoje veikiančioms švietimo bei vaikų globos įstaigoms. Šių pagalbą teikiančių institucijų yra visose savivaldybėse, o pagalba prieinama visiems Lietuvos gyventojams.

Reikiamą kontaktinę informaciją galima rasti Jaunimo psichologinės paramos centro puslapyje **Socialinės informacijos banke** (www.jppc.lt). Tai yra duomenų bazė, skirta rinkti ir peržiūrėti informaciją apie įvairias organizacijas, teikiančias socialines, psichologines paslaugas ir pagalbą Lietuvoje.

Be valstybės institucijų, yra ir nevyriausybinų organizacijų, galinčių suteikti kvalifikuotą psichologinę paramą.

VšĮ Paramos vaikams centras. Veikla: psichologinė, socialinė ir teisinė pagalba. Orientuojamasi į prievartą patyrusius vaikus ir siekiama padėti jiems įveikti traumuojančios patirties padarinius. Daugiau informacijos – www.pvc.lt.

VšĮ Vilniaus universiteto vaikų ligoninės filialas Vaiko raidos centras. Veikla: įvairiapusė (psichologinė, socialinė, medicininė) pagalba vaikams, paaugliams ir jų tėvams. Kreipiantis reikia gydytojo siuntimo. Vaiko raidos centre suteikiamos nemokamos ambulatorinės ir stacionarios paslaugos. Daugiau informacijos – www.raida.lt.

VšĮ Saugaus vaiko centras. Veikla: psichologinė pagalba vaikams, paaugliams ir suaugusiesiems. Vaikai ir paaugliai konsultuojami mokymosi, elgesio, bendravimo, emocinių problemų klausimais, teikiama pagalba krizę, prievartą patyrusiems vaikams ir jų šeimai. Daugiau informacijos – www.saugaus-vaikas.lt.

VšĮ Šeimos santykių institutas. Veikla: individuali ir grupinė pagalba suaugusiesiems ir vaikams ištikus įvairiems sunkumams. Konsultacijos sutrikusių šeimos santykių klausimais, pagalba medikamentais. Daugiau informacijos – www.ssinstitut.lt.

VšĮ Jaunimo psichologinės paramos centras. Centre dirba budintis psichologas. Jis teikia pirminę nemokamą psichologinę pagalbą, organizuoja skubią pagalbą ištikus psichologinei krizei, suteikia informacijos apie tolesnės pagalbos galimybes ir tarpininkauja susisiekiant su reikiamais specialistais ar įstaigomis. Daugiau informacijos – www.jppc.lt.

EMOCINĖ PARAMA



Vaikų linija – nemokamas numeris 116 111, dirba nuo 11 iki 21 val. kiekvieną dieną. Gali skambinti vaikai ir paaugliai iki 18 metų. Teikia pagalbą ir internetu – www.vaikulinija.lt.

jaunimo linija
8 800 28888 | www.jaunimolinija.lt

Jaunimo linija – nemokamas numeris 8 800 288 88, savanoriai dirba visą parą. Skirta įvairaus amžiaus jauniems žmonėms. Teikia paramą ir laiškais – <http://www.jaunimolinija.lt/laiskai/>.

VAIZDO MEDŽIAGA APIE SAUGUMĄ VIRTUALIOJE ERDVĖJE

Socialinė reklama apie elektronines patyčias

<http://www.youtube.com/watch?v=amueaVHIZ6A>

Filmas apie elektronines patyčias (angl. „Childnet International – Cyber Bullying“)

<http://www.youtube.com/watch?v=fNumIY9D7uY>

Filmas apie elektronines patyčias lietuvių kalba

<http://www.youtube.com/watch?v=qu4zAhUA53w>

Vaikų privatumas internete (I). „Dalintis per daug“

<http://www.youtube.com/watch?v=5TxCGC-Audo>

Vaikų privatumas internete (II). „Papildymas“

http://www.youtube.com/watch?v=1b_M1pt83eE

Vaikų privatumas internete (III). „Justas“

<http://www.youtube.com/watch?v=TFkXqoa0PS4>

Vaikų privatumas internete (IV). „Darbo pokalbis“

http://www.youtube.com/watch?v=qiK_Fd6lIXQ

Vaikų privatumas internete (V). „Žvaigždė“

<http://www.youtube.com/watch?v=D4jhka4PrIQ>

NAUDINGOS NUORODOS

www.vaikulinija.lt

www.bepatyciu.lt

www.draugiskasinternetas.lt

www.bibliotekospazangai.lt

LITERATŪRA

Kowalski, R. M., Limber, S. P., Agatston, P. W., *Cyber bullying. Bullying in the digital age*. Blackwell publishing, 2008.

Shariff, Sh., Churchill, A. H., *Truths and myths of cyber-bullying. International perspectives on stakeholder responsibility and children's safety*. Peter Lang publishing, Inc., 2010.

Trolley, B. C., Hanel, C., *Cyber kids, cyber bullying, cyber balance*. Corwin, 2010.

Willard, N. E., *Cyberbullying and cyberthreats. Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Malloy, Inc., 2007.

Livingstone, S., Haddon, L., Gorzig, A., Olafsson, K., *EU Kids Online*. 2011.

Olweus, D., *Bullying at school*. Oxford: Blackwell, 1993.

