AI@MEDIATORS

Dirbtinis intelektas ir skaitmeninės švietimo priemonės elektroninių patyčių prevencijai

Co-funded by
the European Union

Universidad de Alicante

idec

IIS IPIA ITE VINCENZO DE FRANCHIS

IES CAP DE L'HORTA

15 years 2008-23 CRC Policy Center HOPE For Children

Université d'ORLÉANS

3ο Γυμνάσιο Πύκαλας

ERUDITO LICĖJUS

BIRA BASQUE INTERNATIONAL RESEARCH ASSOCIATION

Turinys

Turinys

No table of contents entries found.

3 MODULIS: Tėvų vadovas atsparumui nuo elektroninių patyčių ugdymui

1. Definition of Cyberbullying

1.1. Kas yra elektroninės patyčios?

Šiuo metu diskutuojama, kaip apibrėžti elektronines patyčias. Kai kurie autoriai teigia, kad tai tradicinės patyčios, tačiau jos vykdomos naudojantis išmaniaisiais prietaisais. Kiti mano, kad elektroninėms patyčioms turėtų būti taikomas atskiras apibrėžimas, nes jos išsiskiria unikaliais požymiais kaip anonimiškumu ir didele sklaida.

Vienas iš naujausių apibrėžimų skamba taip:

'*Tyčinis grupės ar asmenų vykdomas žalingas elgesys, pasikartojantis laikui bėgant, naudojant skaitmenines technologijas, siekiant atakuoti auką, kuri negali apsiginti*' (Campbell ir Bauman, 2018 m.).

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

Kaip matyti apibrėžime, yra keturi pagrindiniai elektroninių patyčių veiksniai (Smith ir Norman; 2021m.):

- **Ketinimas pakenkti**: Į elektroninių patyčių sąvoką įtraukiama agresija būtent dėl ketinimo tyčia pakenkti. Kartais sunku įvertinti ketinimą pakenkti, nes neretai kai kurie kaltininkai savo elgesį aiškina kaip „nekenksmingą erzinimą“ arba „erzinimąsi žaidimo pagrindu“. Be to, patyčias vykdantiems asmenims sunku suvokti savo veiksmų rimtumą, net jei jie žino, kad daro žalą. Tačiau dažniausiai kaltininkai visada suvokia, kad toks elgesys yra žalingas ar nemalonus kitiems. Šis elementas ir atskiria elektronines patyčias nuo kitokio žalingo elgesio, kuris gali skaudinti, bet nėra traktuojamas kaip agresyvus. Tokiais atvejais galime įžvelgti du skirtumus:
    - Inicijuota agresija: kai agresija yra iš anksto apgalvota, „šaltakraujiška“, suplanuota siekiant tam tikro tikslo ar reakcijos. Patyčios apskritai gali būti laikomos socialinės padėties didinimo forma, kai siekiama dominuoti arba pakenkti savo malonumui. Toks elgesys yra lengviausiai atpažįstama agresijos forma.
    - Reaktyvi agresija: atsiranda kaip atsakas į numanomą provokaciją ar grėsmę ir dažniausiai yra impulsyvaus elgesio forma. Kai kurie iš šių veiksmų negali būti traktuojami kaip elektroninės patyčios, nes, pavyzdžiui, bendraamžiai kartais apsikeičia įžeidžiančiais komentarais. Tačiau žmonės, linkę įsitraukti į elektronines patyčias, taip pat yra labiau linkę į inicijuotą agresiją ir reaktyvią agresiją nei žmonės, kurie nedalyvauja elektroninėse patyčiose.

Klausimai pamąstymui: Ar tai būtų elektroninės patyčios, jei įtakingas asmuo užsiimtų pasikartojančiu elgesiu, kuris emociškai žeidžia kitą žmogų, nors tai būtų visiškai netyčinis elgesys? Ar tai elektroninės patyčios, jei asmuo ketino pakenkti ir, kad ir kaip stengėsi, tariama auka niekaip nesijautė įskaudinta?

- **Galios disbalansas**: Elektronines patyčias lemia grupės dinamika ir veiksnių kontekstas, o ne pavieniai žmogaus elgesio atvejai. Šis galios disbalansas paauglių tarpe paprastai atsiranda dėl kiekybinio pranašumo, jėgos ar pasikėsinimo į asmens pažeidžiamumą ir kt. Būtent elektroninių patyčių atveju viena iš galios skirtumo formų gali būti geresnės technologinės žinios arba priemonių, kurios suteikia tam tikrą pranašumą, turėjimas. Čia turima omeny tiek technologinę įrangą, tiek medžiagą (pvz., vaizdo įrašus, nuotraukas ar konfidencialią informaciją), kuri gali pakenkti. Taip pat aktualu atsižvelgti į tokius veiksnius kaip anonimiškumą, nes agresorius žino aukos tapatybę, bet auka nežino agresoriaus tapatybės. Įvairiose elektroninių patyčių formose atsiranda priešiškumu pagrįstos patyčios, nukreiptos prieš asmenis dėl jų priklausymo kažkokiai socialinei grupei (etninės kilmės, lyties, seksualinės orientacijos ar negalios). Galios disbalanso samprata susiduria su tam tikrais iššūkiais mėginant apibrėžiant šią savoką: kas yra galia, kaip agresyvus požiūris į vieną individą iš „aukšto" pasireiškia priešingai nei kitam, kuris neturi socialinės galios? Jei galia pasireiškia skirtingais aspektais, į kurį iš jų atsižvelgti, kad nustatytume, ar tai yra elektroninės patyčios, ar ne?

Klausimai pamąstymui: Ar galite įvardyti tris situacijas, kai du asmenys agresyviai bendrau tarpusavyje, nors jų galia nesiskiria? Jei silpnas asmuo internete priekabiauja prie labai stipraus asmens, ar reikėtų atsižvelgti į fizinės jėgos skirtumą? Kaip galia veikia asmenį, kuris tuo pat metu yra ir agresorius, ir auka?

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

- **Kartojimas**: Pagrindinis veiksnys, leidžiantis atpažinti, kad elgesys yra patyčios, yra tai, kad jis laikui bėgant kartojasi. Nustatyta, kad kuo ilgiau trunka patyčios, tuo aukoms pasireiškia daugiau depresijos ar nerimo požymių, lyginant su mokiniais, kurie praneša tik apie pavienius incidentus. Tačiau šiek tiek dviprasmiška, kada galime nustatyti, kad elgesys yra pasikartojantis. Dažnai naudojamas elgesio atvejų skaičius per tam tikrą laikotarpį, o riba yra „2-3 kartai per mėnesį“. Kai kurie autoriai pabrėžia, kaip svarbu suprasti pasikartojimą kaip ne tik veiksmo kartojimą, bet ir to paties veiksmo sklaidą kelis kartus (pvz., dalijimasis intymia/vulgaria medžiaga, priklausančia kažkam iš klasiokų). Jie taip pat pabrėžia, kad, kaip ir galios disbalansas, kartojimas gali įvykti tiek internete, tiek mokykloje.

Klausimai pamąstymui: Jei žmogus tyčiojasi iš 20-ies žmonių, bet tai daro vienam žmogui po vieną kartą per savaitę, ar galime sakyti, kad jis tyčiojasi? Jei iš ko nors gaunate neskelbtiną informaciją ir persiunčiate ją kitam asmeniui, kuris ją persiunčia kitam asmeniui ir t. t... Ar turėtumėte būti laikomas internetiniu smurtautoju?

- **Virtuali erdvė**: pagrindinis skirtumas tarp tradicinių patyčių ir elektroninių patyčių yra naujausiųjų technologijų ir internetinės erdvės tarpininkavimas, kuris nulemia skirtingus tarpusavio santykius. Su kai kuriais iš jų susipažinome anksčiau apibrėžtose pagrindinėse sąvokose, tačiau skirtumus aptarsime skyriuje *„Elektroninių ir tradicinių patyčių panašumai ir skirtumai. Elektroninių patyčių pavyzdžiai"*.

Internetinės patyčios gali pasireikšti labai skirtingai. Tai gali būti priekabiavimas (įžeidinėjimai ar grasinimai), gandų skleidimas, apsimetinėjimas, išdavystė ir apgaulė (įgyjant asmens pasitikėjimą, o tada pasinaudojant internetine erdve jo paslaptims platinti) arba atstūmimas (asmens pašalinimas iš veiklos). Ši veika gali būti vykdoma elektroniniu paštu, trumposiomis žinutėmis, internetinėmis žinutėmis, socialiniuose tinkluose, tokiuose kaip „Facebook“ ar „Tumblr“, ir kitose svetainėse (Peebles, 2014 m.).

Nors skirtinguose tyrimuose taikomi daugiau ar mažiau lankstūs elektroninų patyčių vertinimo būdai, maždaug 23 proc. jaunuolių yra patyrę eletronines patyčias, o 15 proc. jaunuolių yra elektroninių patyčių vykdytojai (Hamm *ir kiti*, 2015 m.), o tarp LGTBQ bendruomenės atstovų šis rodiklis yra didesnis (Abreu ir Kelly, 2017 m.).

Kalbant apie aukos ir agresoriaus lytį, įvairūs tyrimai rodo, kad kiekviena lytis skirtingai vykdo ir reaguoja į elektronines patyčias. Pavyzdžiui, merginos labiau linkusios pulti skleidžiant gandus, o vaikinai - įžeidinėdami. Merginos dažnai puolamos dėl populiarumo, išvaizdos arba atskirties, o vaikinai dažniau susilaukia homofobiškų komentarų ar pašaipų dėl savo fizinių galimybių. Dažniausios elektroninių patyčių formos yra įžeidinėjimai, keikimas, gandų skleidimas ar nuotraukų platinimas, tačiau skaudžiausia elektroninių patyčių forma dažnai būna daugialypės terpės turinio, pavyzdžiui, nuotraukų ar vaizdo įrašų, platinimas (Hamm *ir kiti*, 2015 m.; Marinoni *ir kiti*, 2023 m.).

1.2. Elektroninių ir tradicinių patyčių panašumai ir skirtumai

Kai kurie autoriai yra linkę pritarti tam pačiam patyčių ir elektroninių patyčių apibrėžimui, prie elektroninių patyčių pridėdami tik virtualųjį komponentą. Taip yra todėl, kad žmonės, turintys problemų dėl patyčių realiame gyvenime, dažnai turi problemų ir dėl patyčių elektroninėje erdvėje (kai kurių tyrimų duomenimis, net 93 proc.), o tokio elgesio prognozės ir pasekmės dažnai būna labai

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

panašios (Campbell ir Bauman, 2018). Nors tai ir teisinga sąvokos atžvilgiu, su internetine erdve susijęs sudėtingesnis klausimas.

Internetinė erdvė reikalauja minimalių techninių žinių išmaniajai įrangai ir skaitmeninių platformų naudojimui užtikrinti. Štai todėl jos atsiradimas glaudžiai susijęs su mobiliųjų telefonų ar socialinių tinklų naudojimo valandų skaičiumi. Internetinė erdvė taip pat padeda užtikrinti agresijos anonimiškumą, nors įprastai paauglystėje agresoriai žino kas yra jų agresoriai. Fizinis atstumas reiškia, kad agresoriai nesuvokia savo aukų reakcijos, todėl jie mažiau gailisi.

Nors elektroninės patyčios paprastai nėra susijusios su fiziniu bendravimu, jos gali būti skaudesnės nei tradicinės: tradicinės patyčios paprastai vyksta mokykloje, o namai yra saugus prieglobstis, o elektroninės patyčios dažnai būna neribotos ir nesenstančios.

Tradicinių patyčių atveju egzistuoja specialistai, kurie stebi tokį elgesį, o elektroninėje erdvėje tokių asmenų nėra. Turite tik platformos siūlomus įrankius (dažnai neveiksmingus) ir galimybę apie tai papsakoti suaugusiajam, o tam padaryti dažnai sutrukdo jaunų žmonių baimė prarasti tam tikrą socialinį statusą, nes jie bus išskirti kaip „skundikai“ (Peebles, 2014 m.).

Čia pateikiame keletą dažniausiai pasitaikančių elektroninių patyčių būdų, kad būtų lengviau jas nustatyti (Smith ir Norman, 2021 m.):

- **Priekabiavimas**: įžeidinėjimai ir grasinimai, dažnai siunčiami asmeniui privačiais bendravimo kanalais
- **Menkinimas**: gandų, šmeižto ir pakeistos medžiagos naudojimas siekiant paskleisti neteisingą ir asmens reputacijai kenkiančią informaciją.
    - Doksavimas (angliškai „doxing"): neskelbtinos ar slaptos asmeninės informacijos paviešinimas siekiant priekabiauti arba atskleisti numatytą auką
    - Apkalbos: Dalijimasis informacija, siekiant pakenkti žmogaus reputacijai/santykiams
- **Apsimetinėjimas**: Kieno nors kito profilio, numerio ar paskyros naudojimas norint apsimesti tuo asmeniu ir veikti to asmens vardu.
- **Išdavystė ir apgaulė**: asmuo apgaulės būdu priverčiamas atskleisti paslaptis ar konfidencialią informaciją, kuria vėliau dalijamasi su kitais asmenimis arba viešinamas be jo sutikimo
- **Atstūmimas**: kitų asmenų pašalinimas iš internetinių grupių ar skaitmeninio bendravimo
- **Kibernetinis persekiojimas**: aukščiau išvardytų elgesio būdų derinys, kai taikinys baiminasi dėl savo ar kitų žmonių saugumo. Nusivylimas buvusio partnerio romantiškais jausmais yra pagrindinė šios patyčių formos atsiradimo priežastis.
- **„Fleimingas"**: karšti dviejų lygiaverčių asmenų ginčai ir abipusiai įžeidinėjimai. Šią kategoriją plačiai ginčija elektroninių patyčių tyrėjai, nes ji neatitinka galios disbalanso apibrėžimo kriterijų.
- **Netikėtas užpuolimas filmuojant**: tyčiniai fiziniai išpuoliai, kurie vykdomi siekiant išpuolį nufilmuoti ir vėliau jį išplatinti internete.
- **„Sekstingas" (nepageidautas arba siekiant šantažuoti)**: nuogų ar iš dalies nuogų nuotraukų siuntimas. Tai savaime nėra elektroninės patyčios, nebent paaugliai gauna nepageidaujamų

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

tokio pobūdžio nuotraukų arba jei šios nuotraukos naudojamos siekiant pažeminti, sugėdinti ar šantažuoti asmenį.

Klausimas pamąstymui: Fizinė agresija - tai beveik išimtinai tradicinių patyčių, o ne elektroninių patyčių atvejis. Ar galite nurodyti bent vieną iš daugelio atvejų, kurie beveik išimtinai vyksta socialiniuose tinkluose, o ne realiame pasaulyje?

2. Požymių atpažinimas namų aplinkoje

2.1. Elgesio ir emocinės būsenos pokyčiai

Kai iš vaiko tyčiojamasi arba iš jo tyčiojamasi elektroninėje erdvėje, pagrindiniai požymiai dažnai būna ryškūs elgesio ir emocinės būsenos pokyčiai. Patyčios, tiek fizinės, tiek skaitmeninės, gali labai paveikti vaiko psichinę sveikatą, todėl gali atsirasti nerimas, depresija ar dirglumas. Tėvai gali pastebėti, kad vaikas tampa uždaras, liūdnas arba dažnai keičiasi jo nuotaika. Fredrickas ir Demaray (2018 m.) pabrėžia, kad vaikai, iš kurių tyčiojamasi, dažnai patiria emocines kančias, pavyzdžiui, nuolatinį bejėgiškumo jausmą ar menką savivertę. Tai gali pasireikšti izoliacija nuo šeimos ir draugų. Be to, vaikai gali turėti somatinių nusiskundimų, pavyzdžiui, galvos ar skrandžio skausmų, kurie yra fizinė streso ar baimės grįžti į mokyklą išraiška. Elektroninių patyčių aukos yra ypač linkusios į emocinį nepastovumą. Kadangi elektroninės patyčios gali būti nuolatinės ir blogėjančios, nukentėjusieji gali jausti, kad nėra laiko atsigauti, o tai dar labiau padidina jų emocinę kančią. Hinduja ir Patchin (2018 m.) teigia, kad elektroninių patyčių aukos dažnai kenčia nuo miego sutrikimų, nuovargio ir chroniško nerimo dėl nuolatos patiriamo priekabiavimo internete. Tėvai turėtų atidžiai stebėti, ar nėra psichikos sveikatos problemų požymių, pavyzdžiui, ilgalaikio liūdesio, sunkumų susikaupti ar net minčių apie savižudybę, nes tai gali būti esminiai patyčių sukeltų problemų požymiai.

2.2. Elektroninių prietaisų ir socialinių tinklų naudojimo pokyčiai

Kitas svarbus patyčių arba elektroninių patyčių požymis gali būti tai, kad labai pasikeitė vaiko elektroninių prietaisų naudojimo įpročiai. Jei vaikas pradeda vengti savo telefono ar kompiuterio, slepia savo veiklą socialiniuose tinkluose arba ištrina socialinių tinklų paskyras, toks elgesys gali reikšti, kad jis bando išvengti priekabiavimo internete. Aura (2022 m.) pabrėžia, kad elektroninių patyčių aukos dažnai jaučia baimę ar nerimą kai gauna pranešimus ar žinutes internete, todėl slepia savo įrenginius arba vengia jais naudotis. Priešingai, padažnėjęs ar įkyrus naudojimasis socialiais tinklais, ypač vėlai vakare, gali reikšti, kad vaikas nuolat tikrina savo paskyras ir ieško žalingų komentarų ar grasinimų.

Elektroninių patyčių atvejais dėl visą parą ir 7 dienas per savaitę vykstančio bendravimo internete vaikams gali būti sunku atsiriboti. Aukos gali jausti nuolatinį poreikį stebėti savo internetines paskyras, kad išvengtų naujų išpuolių, dėl to gali išsekti ir jų bendra savijauta gali pablogėti. „Verywell Health" (2022 m.) taip pat pabrėžia, kad aukos gali susikurti naujas paskyras ar profilius, kad pabėgtų nuo kankintojų, tačiau tai dažnai nesuteikia ilgalaikio palengvėjimo. Tėvai turėtų atkreipti dėmesį į šiuos elgesio pokyčius ir pradėti pokalbius apie vaiko patirtį internete, pabrėždami saugaus elgesio internete svarbą.

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

2.3. Tarpusavio santykių ir rezultatų mokykloje pokyčiai

Dar vienas dažnas patyčių ar elektroninių patyčių simptomas - pablogėję santykiai ir mokymosi rezultatai. Nukentėjusieji gali pradėti šalintis draugų ar vengti visuomeninės veiklos, kurią anksčiau mėgo, bei iš baimės ar gėdos izoliuotis. Portale StopBullying.gov (2023 m.) socialinis pasitraukimas įvardijamas kaip pagrindinis viktimizacijos požymis, pabrėžiant, kad vaikai gali staiga prarasti draugus arba apskritai vengti socialinių situacijų. Tokia izoliacija ne tik didina patiriamą stresą, bet ir atima iš jų paramą, būtiną patyčioms įveikti.

Patyčias patiriančių vaikų akademiniai rezultatai dažnai pastebimai prastėja. Jie gali prarasti susidomėjimą mokykliniais darbais, jiems gali būti sunku susikaupti arba jie gali pradėti praleidinėti pamokas. Fridh ir kiti (2015 m.) pabrėžia, kad mokyklos nelankymas yra dažna reakcija į patyčias, nes aukos gali jaustis per daug susirūpinusios arba nepakankamai sveikos, kad galėtų reguliariai lankyti mokyklą. Emocinės kančios ir sumažėjusio aktyvumo mokykloje derinys gali sukurti neigiamą grįžtamąjį ryšį, kai prasti rezultatai skatina tolesnes patyčias. Tai dar labiau paaštrina vaiko patiriamas problemas.

Tėvai turėtų atkreipti dėmesį į šiuos elgesio ir akademinių rezultatų pokyčius. Jei vaikas ima vengti draugų, atrodo nesuinteresuotas pomėgiais ar mokykline veikla arba jei jo pažymiai pradeda prastėti, gali būti, kad atėjo laikas išsiaiškinti, ar pagrindinė priežastis nėra patyčios arba elektroninės patyčios.

3. Tiesioginis įsikišimas

3.1. Saugus socialinių tinklų ir žinučių siuntimo programų naudojimas

Tai, kad paaugliai vis dažniau naudojasi socialiniais tinklais ir žinučių siuntimo programėlėmis, suteikia ir galimybių ir pavojų, ypač kai kalbama apie elektronines patyčias. Prevencinė priemonė - mokyti moksleivius saugiai naudotis šiomis platformomis, nes tai labai svarbu siekiant sumažinti priekabiavimo internete poveikį ir skatinti atsakingą skaitmeninį pilietiškumą. Šie mokymai turėtų apimti ne tik techninius įgūdžius, pavyzdžiui, privatumo nustatymų reguliavimą, bet ir emocinius bei socialinius įgūdžius, skatinančius empatiją ir pagarbų elgesį internete.

3.1.1. Privatumo ir saugumo nustatymai

Vienas iš svarbiausių saugaus naudojimosi socialiniais tinklais elementų - užtikrinti, kad mokiniai suprastų, kaip naudotis privatumo ir saugumo nustatymais įvairiose platformose. Daugelyje socialinių tinklų ir žinučių siuntimo programų pagal numatytuosius nustatymus vartotojų asmeninė informacija ir pranešimai yra matomi viešai, todėl gali padidėti jų pažeidžiamumas patirti elektronines patyčias. Méndez ir kiti (2019 m.) pabrėžia, kad emocinis intelektas padeda paaugliams tinkamai elgtis internete, mažindamas tikimybę įsitraukti į elektronines patyčias ir tapti jų aukomis. Tai parodo privatumo nustatymų svarbą, nes mokiniai gali išmokti apriboti žalingo turinio poveikį. Be to,

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

Livingstone ir kiti (2011 m.) pabrėžia skaitmeninio raštingumo vaidmenį gilinant mokinių supratimą apie saugumą internete, įskaitant privatumo nustatymus.

3.1.2. Skaitmeniniai pėdsakai

Kita svarbi sąvoka - skaitmeninių pėdsakų pastovumas. Kai kažkuo pasidalijama internete, dažnai neįmanoma to visiškai pašalinti. Paaugliai turi suprasti, kad jų veiksmai internete ir bendrinamas turinys gali turėti ilgalaikių pasekmių, net jei jie bus ištrinti. Mocanu ir kiti (2022 m.) aprašo, kaip skaitmeniniai pėdsakai, kuriais dalijamasi, gali būti panaudoti elektroninėms patyčioms kurstyti, todėl dar kartą pabrėžia atsargaus elgesio internete svarbą. Tai patvirtina, kad mokinius reikia mokyti apie ilgalaikes jų skaitmeninių pėdsakų pasekmes.

3.1.3. Empatija ir skaitmeninis etiketas

Empatija ir atsakingas elgesys internete yra labai svarbūs siekiant užkirsti kelią elektroninėms patyčioms. Hinduja ir Patchin (2018 m.) teigia, kad empatijos ugdymas skaitmeninio raštingumo programų metu gali gerokai sumažinti priekabiavimo internete mastą, nes didina supratimą apie realaus pasaulio poveikį veiksmams internete. Skaitmeninio etiketo mokymai gali padėti mokiniams suprasti, kaip pagarbiai bendrauti ir nemėgdžioti žalingo elgesio internete, pavyzdžiui, „trolinimo" ir gandų skleidimo. Livingstone ir kiti (2011 m.) taip pat tam pritaria, pabrėždami, kad skaitmeninio raštingumo programos gali skatinti pagarbos ir empatijos kultūrą internete.

3.1.4. Saugumo priemonės

Labai svarbu mokyti mokinius apie slaptažodžių saugumą, kaip atpažinti sukčiavimo atvejus ir apsaugoti asmeninę informaciją internete. Faryadi (2011 m.) teigia, kad dėl pernelyg didelio dalijimosi informacija arba nesugebėjimo apsaugoti savo internetinių paskyrų mokiniai gali tapti labiau pažeidžiami elektroninių patyčių ir kitų priekabiavimo internete formų. Panašiai ir Staksrud ir Livingstone (2009 m.) pabrėžia saugumo priemonių svarbą, pridėdami, kad nepakankamas informuotumas apie skaitmeninį saugumą dažnai susijęs su didesne elektroninių patyčių rizika.

3.2. Pranešimo apie netinkamą turinį ir jo blokavimo procedūros

Be saugaus elgesio mokymų, mokiniams turi būti suteiktos žinios ir įrankiai, kaip reaguoti į netinkamą turinį ir elektronines patyčias, kai jų pasitaiko. Dauguma socialinių tinklų platformų ir žinučių siuntimo programėlių suteikia naudotojams galimybę pranešti apie netinkamą elgesį ir užblokuoti priekabiautojus, tačiau moksleiviai dažnai nepakankamai naudojasi šiomis priemonėmis, nes apie jas nežino arba nepasitiki jų veiksmingumu.

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

3.2.1. Pranešimo būdai

Beveik visose socialinėse platformose, pavyzdžiui, „Facebook“, „Instagram“ ir „TikTok“, yra pranešimų teikimo įrankiai, kuriais naudotojai gali pažymėti turinį, pažeidžiantį bendruomenės gaires, pavyzdžiui, priekabiavimą, neapykantą kurstančią kalbą ar netinkamą turinį. Livingstone ir kiti (2011 m.) pabrėžia, kad mokiniai turi žinoti ir pasitikėti šiomis priemonėmis, kad galėtų susitvarkyti su internete kylančiomis grėsmėmis, įskaitant elektronines patyčias. Nors Fredrick ir Demaray (2018 m.) daugiausia dėmesio skiria bendraamžių viktimizacijai ir psichikos sveikatai, tokių šaltinių, kaip Livingstone ir kiti, įtraukimas tiesiogiai paremtų švietimo apie pranešimo priemones poreikį.

3.2.2. Priekabiautojų blokavimas

Blokavimo priemonės leidžia vartotojams nutraukti ryšį su asmeniu, kuris tyčiojasi ar elgiasi netinkamai. Hase ir kiti (2015 m.) aptaria kaip elektroninės patyčios įsiveržia į aukos asmeninę erdvę, todėl namai, kurie paprastai būna prieglobsčio vieta, tampa dar viena viktimizacijos vieta. Mokant mokinius blokuoti priekabiautojus galima jiems suteikti kontrolės ir apsaugos jausmą. Be to, Hinduja ir Patchin (2018 m.) pabrėžia, kad mokinių mokymas naudotis blokavimo įrankiais gali veiksmingai sumažinti nuolatinių elektroninių patyčių daromą emocinę žalą.

3.2.3. Pranešimas mokyklos vadovybei

Nors socialinės platformos tvarko pranešimus apie elektronines patyčias, labai svarbu, kad mokiniai žinotų, kada ir kaip pranešti apie rimtus problemas mokyklos vadovybei arba teisėsaugos institucijoms. Fridh ir kiti (2015 m.) pabrėžia, kad mokyklų ir tėvų parama yra labai svarbi siekiant sušvelninti elektroninių patyčių poveikį. Tai atspindi poreikį mokyklose nustatyti aiškias pranešimo procedūras, kad mokiniai jaustųsi palaikomi ir saugūs, kai praneša apie rimtą priekabiavimą internete.

3.2.4. Tėvų įsitraukimas

Tėvams tenka svarbus vaidmuo stebint ir palaikant savo vaikų veiklą internete. Ortega-Barón ir kiti (2019 m.) pabrėžia tėvų įtraukimo į elektroninių patyčių prevencijos veiklą svarbą. Tėvų patarimai yra labai svarbūs padedant vaikams įveikti konfliktus internete. Atviras tėvų ir vaikų bendravimas yra labai svarbus siekiant užtikrinti, kad mokiniai jaustųsi patogiai kalbėdami apie savo patirtį internete.

3.2.5. Skaitmeninė detoksikacija ir psichologinė pagalba

Skatindami moksleivius daryti pertraukas nuo socialinių tinklų naudojimo arba užsiimti skaitmenine detoksikacija, galite sumažinti emocinį nuolatinio bendravimo internete poveikį. Méndez ir kiti (2019 m.) teigia, kad mokiniai, kurie streso metu gali atsitraukti nuo savo įrenginių, geriau susidoroja su sunkiu emociniu elektroninių patyčių poveikiu. Hinduja ir Patchin (2018 m.) taip pat pabrėžia, kad svarbu teikti emocinę paramą nuo elektroninių patyčių nukentėjusiems mokiniams, atkreipdami dėmesį, kad psichikos sveikatos ištekliai, pavyzdžiui, konsultacijos, gali padėti sumažinti su elektroninėmis patyčiomis susijusią depresijos ir savižudybės riziką.

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

4. Netiesioginis įsikišimas

4.1. Saugaus socialinių tinklų ir žinučių siuntimo programų naudojimo vadovas tėvams

Vis labiau skaitmeniniame pasaulyje tėvams tenka itin svarbus vaidmuo mokant vaikus saugiai naudotis socialinių tinklų ir žinučių siuntimo programomis. Paaugliai dažnai naudojasi tokiomis platformomis kaip „Instagram“, „TikTok“, „WhatsApp“ ir „Snapchat“, kurios, nors ir naudingos bendravimui, taip pat kelia didelę riziką, įskaitant elektronines patyčias, privatumo pažeidimus ir netinkamo turinio poveikį. Tėvai turi turėti žinių ir įrankių, kad padėtų savo vaikams saugiai naršyti šiose platformose.

4.1.1. Ribų nubrėžimas ir vartojimo stebėjimas

Vienas veiksmingiausių būdų, kuriais tėvai gali padėti vaikams saugiai naudotis socialiniais tinklais, yra nustatyti ribas ir stebėti naudojimąsi socialiniais tinklais. Tai reiškia, kad reikia nustatyti aiškias gaires, kokiomis platformomis vaikai gali naudotis, kiek laiko jie gali praleisti internete ir su kuo gali bendrauti. Méndez ir kiti (2019 m.) pabrėžia emocinio intelekto svarbą paauglių gebėjimui bendrauti internete ir orientuotis socialinėse situacijose nesiimant patyčių ar netampant jų aukomis. Tėvai gali padėti ugdydami šiuos įgūdžius namuose, mokydami vaikus atpažinti emocinius signalus ir gerbti ribas bendraujant internete. Tėvai turėtų ne tik vadovauti savo vaikams, bet ir padėti suprasti, kokią riziką kelia pernelyg didelis dalijimasis informacija socialiniuose tinkluose. Paaugliai dažnai dalijasi asmenine informacija internete nesuvokdami galimų pasekmių, įskaitant tapatybės vagystę ar išnaudojimą. Faryadi (2011 m.) įspėja, kad dėl pernelyg didelio dalijimosi informacija vaikai gali tapti pažeidžiami elektroninių patyčių ir kitų priekabiavimo internete formų. Tėvai turėtų mokyti vaikus, kaip svarbu saugoti asmeninę informaciją, pvz., telefono numerius, adresus ir informaciją apie mokyklą, ir padėti jiems pritaikyti privatumo nustatymus savo socialių tinklų paskyrose, kad jie būtų matomi tik patikimiems kontaktams.

4.1.2. Amžiui tinkamos platformos ir turinio filtrai

Kitas svarbus aspektas - užtikrinti, kad vaikai naudotųsi jų amžių atitinkančiomis platformomis. Daugelyje socialinių tinklų svetainių nustatyti minimalaus amžiaus reikalavimai, kad jaunesni vartotojai būtų apsaugoti nuo netinkamo turinio ar bendravimo su nepažįstamaisiais. Tėvai turėtų patikrinti, ar jų vaikai laikosi šių gairių, ir apsvarstyti galimybę naudoti turinio filtrus, kad užblokuotų prieigą prie netinkamų svetainių ar medžiagos. Mocanu ir kiti (2022 m.) pabrėžia, kad svarbu apriboti prieigą prie didelės rizikos platformų ir užtikrinti, kad vaikai būtų apsaugoti nuo žalingo turinio, kuris gali paaštrinti tokias problemas kaip elektroninės patyčios. Tėvai taip pat turėtų reguliariai diskutuoti apie interneto etiketą ir atsakingą elgesį. Hinduja ir Patchin (2018 m.) teigia, kad empatija ir pagarba yra pagrindiniai veiksniai, padedantys mažinti elektronines patyčias, nes supratimas, kokį emocinį poveikį daro elgesys internete, gali užkirsti kelią žalingam bendravimui. Rodydami pagarbų bendravimą namie ir skatindami atvirą dialogą apie patirtį internete, tėvai gali padėti kurti empatijos ir atsakomybės kultūrą, kuri persikels ir į jų vaikų skaitmeninį gyvenimą.

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

4.2. Pranešimo apie netinkamą turinį ir jo blokavimo procedūros (tėvų kontrolė)

Tėvai turi būti aktyvūs ir padėti savo vaikams suprasti, kokiomis priemonėmis galima pranešti apie netinkamą turinį ir jį blokuoti. Daugelyje socialinių tinklų platformų ir žinučių siuntimo programų yra įdiegtos priemonės, leidžiančios naudotojams pažymėti įžeidžiantį turinį arba blokuoti asmenis, kurie tyčiojasi ar priekabiauja. Mokydami vaikus, kaip naudotis šiomis funkcijomis, tėvai suteikia jiems galimybę kontroliuoti savo bendravimą internete ir apsisaugoti nuo žalos.

4.2.1. Pranešimo metodų supratimas

Tokiose platformose kaip „Facebook“, „Instagram“, „TikTok“ ir „WhatsApp“ naudotojai gali pranešti apie netinkamą turinį tiesiogiai platformos moderatoriams. Fredrickas ir Demaray (2018 m.) teigia, kad mokant vaikus, kaip naudotis šiomis priemonėmis, jiems suteikiama galimybė veikti, kai jie susiduria su žalingu turiniu. Tėvai turėtų padėti savo vaikams atlikti pranešimo žingsnius, įskaitant tai, kaip pasirinkti pažeidimo tipą (pvz., patyčios, priekabiavimas, netinkamas turinys) ir kaip pateikti pranešimą.

4.2.2. Vartotojų blokavimas

Blokavimas yra esminė neigiamų situacijų internete valdymo priemonė. Kai prie vaikų priekabiaujama ar iš jų tyčiojamasi per susirašinėjimo programas ar socialinius tinklus, užblokavus agresorių, gali nedelsiant palengvėti. Hase ir kiti (2015 m.) pabrėžia, kad vienas žalingiausių elektroninių patyčių aspektų yra invazinis priekabiavimo pobūdis, dėl kurio aukos gali būti persekiojamos net namuose per nuolatinius pranešimus. Vaikų mokymas blokuoti nepageidaujamus vartotojus padeda jiems susigrąžinti savo internetinės aplinkos kontrolę ir nutraukti tolesnius ryšius su priekabiautojais.

4.2.3. Tėvų kontrolės programinė įranga

Daugelis tėvų mano, kad yra naudinga naudoti tėvų kontrolės programinę įrangą, kad galėtų stebėti ir kontroliuoti savo vaikų veiklą internete. Šios priemonės leidžia tėvams apriboti laiką, kurį vaikai praleidžia socialiniuose tinkluose, stebėti, su kuo jie bendrauja, ir blokuoti prieigą prie tam tikrų svetainių ar programėlių. Ortega-Barón ir kiti (2019 m.) teigia, kad tėvų dalyvavimas kartu su techninėmis priemonėmis gali žymiai sumažinti žalingo turinio ir patyčių internete riziką. Tėvų kontrolės įrankiai, tokie kaip „Net Nanny“, „Qustodio“ ir „Norton Family“, suteikia stebėjimo ir blokavimo galimybes, kurios suteikia tėvams geresnę vaikų bendravimo internete priežiūrą ir suteikia lankstumo vaikams brėstant.

4.2.4. Atviras bendravimas

Nors tėvų kontrolės priemonės yra veiksmingos, jas turėtų papildyti atviras tėvų ir vaikų bendravimas. Fridh ir kiti (2015 m.) pabrėžia, kad svarbu sukurti palankią aplinką, kurioje vaikai

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos Švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237

jaustųsi patogiai aptardami savo patirtį internete, įskaitant bet kokią neigiamą patirtį. Tėvai turėtų aiškiai pasakyti, kad jų vaikai gali kreiptis į juos, jei patiria patyčias elektroninėje erdvėje arba susiduria su netinkamu turiniu, ir kad jie padės jiems sprendžiant problemą.

4.2.5. Elektroninių patyčių požymių atpažinimas

Taip pat labai svarbu, kad tėvai atpažintų elektroninių patyčių požymius, kurie gali apimti elgesio pokyčius, pvz., pasitraukimą iš socialinės veiklos, nerimą dėl skaitmeninių įrenginių naudojimo arba staigų akademinių rezultatų suprastėjimą. Méndez ir kt. (2019 m.) pabrėžia ryšį tarp emocinio intelekto ir atsparumo įveikiant patyčias. Tėvai gali ugdyti emocinį atsparumą mokydami vaikus valdyti savo emocijas ir prireikus ieškoti pagalbos.

4.2.6. Psichologinė pagalba

Jei vaikas patiria patyčias elektroninėje erdvėje, tėvai turėtų užtikrinti, kad jiems būtų suteikta psichikos sveikatos pagalba. Hinduja ir Patchin (2018 m.) teigia, kad elektroninės patyčios gali turėti rimtų pasekmių psichinei sveikatai, įskaitant depresiją ir mintis apie savižudybę. Tėvai turėtų bendradarbiauti su mokyklomis siekdami užtikrinti, kad būtų prieinamos tinkamos paramos sistemos, pvz., konsultantai ar psichikos sveikatos specialistai, kurie padėtų vaikams apdoroti ir atsigauti nuo emocinio patyčių internete poveikio.

Finansuoja Europos Sąjunga. Šioje svetainėje išreikštos nuomonės ir požiūriai yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Ispanijos švietimo internacionalizavimo tarnybos (SEPIE) nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei SEPIE nacionalinė agentūra negali būti laikomos už jas atsakingomis.
Projekto nr.: 2023-1-ES01-KA220-SCH-000160237