

---

Dėl COVID-19 pandemijos visame pasaulyje susidariusi situacija skatina ieškoti naujų kasdieninio gyvenimo ir darbo sprendimų. Ne išimtis ir patyčių prevencija mokyklose. Vykstant nuotoliniam mokymui didėja rizika, kad moksleiviai patirs ar patys įsitrauks į elektronines patyčias. Dėl to svarbu žinoti ir dar kartą prisiminti, kaip jas laiku atpažinti ir tinkamai reaguoti.

Žemiau pateikiame šia tema naudingų internetinių nuorodų sąrašą bei kontaktus, kuriais galite kreiptis susidūrus su patyčiomis elektroninėje erdvėje.

---

## ELEKTRONINĖS PATYČIOS

Remiantis UNICEF<sup>1</sup>, elektroninės patyčios vyksta pasitelkiant elektronines priemones. Jos gali vykti socialiniuose tinkluose, susirašinėjimo, žaidimų ar mokymosi platformose, mobiliuosiuose telefonuose. Tai yra pasikartojantis elgesys, kurio tikslas yra kitą išgąsdinti, supykdyti, sugėdyti, tyčia įžeisti ir pan. Vieni iš tokio elgesio pavyzdžių yra:

- melo, šmeižto ar siekiančių sugėdinti kitą nuotraukų skelbimas socialiniuose tinkluose;
- įžeidžiančių žinučių siuntimas susirašinėjimo platformose;
- apsimetimas kitu žmogumi ir naudojantis asmenine ar jo vardu sukurta paskyra įžeidžiančių žinučių siuntimas ir pan.

Tad ką daryti susidūrus su elektroninėmis patyčiomis?

Jei patyčios vyksta socialinėse platformose UNICEF rekomenduoja užblokuoti žmogaus ar žmonių, kurie tyčiojasi, paskyras, o apie patiriamas patyčias pranešti žmonėms, kurie atsakingi už socialinę platformą, kurioje jos vyksta. Dažniausiai tokie pranešimai būna konfidencialūs, tad pranešantis žmogus gali nepergyventi dėl to, kad bus identifikuotas tu, kurie tyčiojasi. Socialinių platformų administratoriai yra įpareigoti užtikrinti savo vartotojų saugumą. Taip pat, susidūrus su patyčiomis elektroninėje erdvėje, yra naudinga rinkti patyčių atvejo įrodymus – nuotraukas, ekrano kopijas, tam, jog sprendžiant patyčių atvejį būtų paprasčiau parodyti, kas vyko. Galiausiai, svarbu paminėti, kad pasitraukimas iš socialinių platformų, kuriose susidurta su patyčiomis, nėra pati geriausia išeitis. Toks sprendimas gali paskatinti besityčiojančius tęsti savo elgesį. Tik apie juos

<sup>1</sup>“ Cyberbullying: What is it and how to stop it“. Prieiga per internetą: <https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying#3>

pranešus ir sustabdžius jų elgesį galima prisidėti prie draugiškesnės ir saugesnės elektroninės erdvės kūrimo.

Remiantis Olweus patyčių prevencijos programa, susidūrus su patyčiomis svarbu kreiptis į suaugusį. Vykstant nuotoliniam mokymui namuose artimiausi suaugę vaiko aplinkoje yra jo tėvai ar globėjai. Tad svarbu, kad vaikai nebijotų į juos kreiptis. Visgi, ne visiems vaikams tai yra lengva. Svarbu, jog jie suprastų, kad tėvai ar globėjai gali ne visuomet iš karto žinoti, ką daryti, bet jie nori padėti ir, jei patys negalės išspręsti patyčių situacijos, kartu ieškoti išeičių bus lengviau. Taip pat vaikams reikia pranešti apie galimybę nuotolinio mokymosi metu susidūrus su patyčiomis kreiptis į klasės vadovą ar socialinį pedagogą. Galiausiai, jei vaikas yra tik stebėtojas patyčių situacijoje, yra svarbu jį skatinti kalbėti apie žinomus atvejus. Kadangi patyčios gali vykti uždaroje socialinėse platformose, prie kurių nė vienas suaugęs neturi priėjimo, kartais apie jas įmanoma sužinoti tik iš vaikų, kurie jaučiasi galintys kreiptis pagalbos į suaugusius.

Svarbu užkirsti kelią patyčioms dar prieš joms atsirandant. Tad norint išvengti netinkamo socialiniuose tinkluose pateiktos informacijos panaudojimo, rekomenduojama imtis šių veiksmų:

- prieš paskelbiant informaciją kelis kartus pergaltoti, ar ji yra tinkama. Didelė dalis internete paskelbtos informacijos ten išlieka ilgus metus bei gali turėti įtakos ir vėliau. Tad net jei dabar skelbiama informacija atrodo nekenksminga, svarbu apsvarstyti, kokių pasekmių ji gali turėti ateityje.
- daugumoje socialinių platformų galima nuspręsti, kas galės matyti asmeninį profilį, siųsti žinutes ar komentuoti. Privatumo nustatymuose pasirinkus, kad žmonės, kurie tyčiojasi, nematytų asmeninio profilio galima išvengti patyčių situacijų socialiniuose tinkluose.
- svarbu pranešti apie kenksmingus komentarus, žinutes ar nuotraukas socialinių tinklų administratoriams tam, jog jie būtų pašalinti. Toks elgesys kartu prisidės ir prie tokių atvejų mažėjimo.
- dalyje socialinių platformų galima nustatyti, kad kai kurių žmonių netinkami komentarai jūsų profilyje būtų matomi tik jiems patiems. Taip neužblokuojant žmogaus galima išvengti to, kad netinkamus komentarus matytų kiti.
- galiausiai, skelbiamą informaciją galima pašalinti arba paslėpti nuo tam tikrų konkrečių žmonių, pasirenkant ratą žmonių, kurie matys/nematys jūsų skelbiamos informacijos.

Jei nerimaujate dėl to, ar užblokuotas arba apribotas žmogus įsijei dėl tokio jūsų sprendimo, svarbu žinoti, kad dažniausiai socialiniuose tinkluose žmonėms apie tai nėra pranešama.

### *Naudingos nuorodos*

- <https://drive.google.com/file/d/18aOLncy0lPHKm127t9gqiDASpPJdN8U7/view>

Nacionalinės švietimo agentūros Psichologijos skyriaus specialistų parengtos rekomendacijos dėl smurto ir patyčių prevencijos mokantis nuotoliniu būdu.

- [https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/elektronines\\_patycios\\_perziurai\\_galutinis\\_FcYPqOY.pdf](https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/elektronines_patycios_perziurai_galutinis_FcYPqOY.pdf)

Leidiny „Elektroninės patyčios ir jų prevencija“ (Mažionienė, Povilaitis ir Suchodolska, 2012), apžvelgiantis elektroninių patyčių ypatumus, privatumą elektroninėje erdvėje ir kartu išskiriantis rekomendacijas šiais klausimais suaugusiems.

- <https://www.bepatyciu.lt/vaikams/apie-patycias/apie-elektronines-patycias/>

Šiame puslapyje išskirtas elektroninių patyčių apibrėžimas bei tokio elgesio pavyzdžiai.

- <https://www.auguinternete.lt>

Vaikai ir paaugliai imlumu technologijoms dažnai lenkia suaugusiuosius. Tačiau virtuali erdvė, kuri traukia juos interaktyviomis pramogomis ir bendravimo galimybėmis, kelia ir nemažai grėsmių. Iniciatyvos „Augu internete“ tikslas – būti visapusišku patarėju interneto saugumo klausimais tėvams, mokytojams ir tiems, kurie „auga“ internete.

- <http://pamoka.draugiskasinternetas.lt/>

Platus informacijos, naudingos ruošiantis pamokoms apie patyčias, pasirinkimas. Aptariamos tokios temos kaip privatumas, nuotraukos internete, socialiniai tinklai, patyčių juos stabdymas, netinkamo turinio internete atpažinimas, mokymasis saugiai naudotis telefonu ir kaip apsisaugoti nuo apgaulės internete.

- <https://www.draugiskasinternetas.lt/kaip-saugiai-naudotis-internetu-siauciant-koronaviruso-pandemijai/>

Straipsnis, suteikiantis daugiau informacijos apie tai, kaip saugiai naudotis internetu, siaučiant koronaviruso pandemijai.

- [https://www.upc.smm.lt/projektai/pkt3/rezultatai/Stazuociu\\_produkta/2.Ausra\\_Gackiene/Saugesnis\\_internetas\\_pedagogams.pdf](https://www.upc.smm.lt/projektai/pkt3/rezultatai/Stazuociu_produkta/2.Ausra_Gackiene/Saugesnis_internetas_pedagogams.pdf)

Šiame puslapyje esančiame pristatyme aptariamos internete esančios grėsmės, netinkamas turinys, techninės apsaugos priemonės. Taip pat išskiriamos saugaus interneto rekomendacijos skirtingo amžiaus vaikams. Galiausiai, pateikiami kontaktai, kur galima kreiptis susidūrus su saugumo kompiuterių tinkluose ir internete klausimais.

- <https://klausiavaikai.wordpress.com/2017/02/08/saugiai-internete-ka-reikia-zinoti-vaikams/>

Šiame puslapyje galima rasti 10 saugaus interneto vaikams taisyklių.

- <https://www.lrt.lt/naujienos/gyvenimas/13/1155356/specialistai-ispeja-mokykloms-keliantis-i-interneta-auga-patyciu-internete-rizika>

Aprašoma, kas yra elektroninės patyčios, kaip elgtis su jomis susidūrus bei į ką galima kreiptis pagalbos elektroninių patyčių atveju.

- <https://www.vaikulinija.lt/ieskantiems-pagalbos/tevams/naudinga-informacija/elektronins-patycios/#sidebar>

Šiame puslapyje galima rasti daugiau informacijos apie tai, kas yra elektroninės patyčios.

- <https://www.vaikulinija.lt/ieskantiems-pagalbos/tevams/naudinga-informacija/patycios-ka-gali-padaryti-tvai/#sidebar>

Patyčios. Ką gali padaryti tėvai?

- [http://cyberhelp.eu/lt/introduction/what\\_is](http://cyberhelp.eu/lt/introduction/what_is)

Puslapis, supažindinantis su elektroninėmis patyčiomis. Jame taip pat galima rasti klasių valandėlių vedimui reikalingos medžiagos bei mokomųjų filmų.

- <http://socialdrum.lt/patycios-socialiniuose-tinkluose/>

Šiame puslapyje aprašoma, kaip galima išvengti patyčių Facebook bei Instagram socialiniuose tinkluose.

- <https://www.auguinternete.lt/lt/straipsniai/kaip-ivsengti-patyciu-socialiniame-tinkle-instagram->

Aprašytas patyčių Instagram socialiniame tinkle atvejais kartu su pasiūlymais, kaip elgtis tokiu atveju.

### *Naudingi kontaktai*

- **„Tėvų linija“**

Psichologų konsultacijos telefonu tėvams, įtėviams, globėjams, seneliams.

Darbo dienomis nuo 11 iki 13 val. ir nuo 17 iki 21 val. paskambinus nemokamu anonimišku numeriu galima pasikonsultuoti su profesionaliu psichologu rūpimais vaikų auklėjimo klausimais.

Tel.nr. 8 800 900 12 arba [www.tevulinija.lt](http://www.tevulinija.lt)

- **„Vaikų linija“**

Emocinės paramos tarnyba vaikams ir paaugliams, teikianti nemokamą ir anonimišką pagalbą telefonu bei internetu.

Pokalbiai su „Vaikų linija“ yra nemokami ir konfidencialūs. Kasdien nuo 11 iki 23 val.

Taip pat prisiregistravus svetainėje [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt) galima parašyti laišką.

Tel.nr. 116111 arba [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt)

- **„Jaunimo linija“**

Viena didžiausių Lietuvoje veikiančių nemokamos emocinės paramos telefonu ir internetu tarnyba. Ja galima prisiskambinti visą parą veikiančiu nemokamu telefonu 8 800 28888, parašyti elektroninį laišką ar bendrauti pokalbiais internetu darbo dienomis ir šeštadieniais nuo 18 iki 22 val.

Tel.nr. 8 800 28888 arba <https://www.jaunimolinija.lt/lt/>

- **Paramos vaikams centras**

Paramos vaikams centras teikia profesionalią kompleksinę pagalbą vaikams ir šeimoms.

<http://www.pvc.lt/lt/>

- **Švarus internetas**

Jei internete susidūrėte su vaikų seksualiniu išnaudojimu, smurtu ar patyčiomis, pornografija, narkotinių medžiagų platinimu, rasinės ir tautinės nesantaikos kurstymu ar pan. informacija galite apie tai nedelsiant pranešti Interneto karštajai linijai, kuri yra įkurta Lietuvos Respublikos ryšių reguliavimo tarnyboje (RRT).

<https://svarusinternetas.lt/pranesk/1>