



# DRAUGE GALIME UŽKIRSTI KELIĄ ELEKTRONINĖMS PATYČIOMS VADOVAS MOKYTOJAMS

KA2 Erasmus+ Strateginės partnerystės Pasirengimas skaitmeniniam ugdymui  
2020-1-RO01-KA226-SCH-095269



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Pavadinimas: projekto *Drauge galime užkirsti kelią elektroninėms patyčioms* vadovas mokytojams

Erasmus+ projektas: *TECPC – Drauge galime užkirsti kelią elektroninėms patyčioms*

Paramos sutarties nr. 2020-1-RO01-KA226-SCH-095269

Autoriai:

UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE GRIGORE T POPA DIN IASI, Rumunija – [www.umfiasi.ro](http://www.umfiasi.ro)

Scoala Primara EuroEd, Rumunija – [www.euroed.ro](http://www.euroed.ro)

Colegiul Economic „Virgil Madgearu“, Bukareštas, Rumunija – [www.madgearu.ro](http://www.madgearu.ro)

K MILIOS AND SIA OE, Graikija – [www.dian.gr](http://www.dian.gr)

Cukurova Ilce Milli Egitim Mudurlugu, Turkija – [www.cukurova.meb.gov.tr](http://www.cukurova.meb.gov.tr)

SOROS INTERNATIONAL HOUSE, Lietuva – [www.sih.lt](http://www.sih.lt)

PIXEL - ASSOCIAZIONE CULTURALE, Italija – [www.pixel-online.net](http://www.pixel-online.net)

MAKE IT PEDAGOGICAL, Portugalija – [mail@make-it.pt](mailto:mail@make-it.pt)

© Erasmus+ projekto *TECPC – Drauge galime užkirsti kelią elektroninėms patyčioms* konsorciumas



Šis darbas yra licencijuotas pagal *Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0* tarptautinę licenciją.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



## Turinys

Ižanga .....	3
Apie vadovą.....	3
I skyrius. Suprasti elektronines patyčias .....	7
1.1. Elektroninės patyčios – supratimas ir aprėptis.....	7
1.2. Elektroninių patyčių rūšys.....	12
1.3. Elektroninių patyčių priežastys ir kanalai.....	13
1.4. Pagrindiniai veikėjai – smurtautojo, aukos ir liudininko profiliai.....	16
II skyrius. Atpažinti elektronines patyčias.....	18
2.1. Elektroninių patyčių požymiai: kai mokinys patiria patyčias internete .....	19
2.2. Elektroninių patyčių skirtumai pagal amžiaus grupes (pradinėje, vidurinėje mokykloje) ir lytį .....	20
2.3. Rizikos veiksniai tapti elektroninių patyčių auka, smurtautoju arba liudininku .....	22
III skyrius. Elektroninių patyčių prevencijos ir sustabdymo strategijos.....	28
3.1. Intervencijos strategijos.....	28
3.2. Kovos su elektroninėmis patyčiomis mokyklos politika – veiksmai, kurių reikia imtis mokykloje, siekiant užkirsti kelią elektroninėms patyčioms .....	34
3.3. Kovos su elektroninėmis patyčiomis kultūros kūrimas. Teigiamų mokytojo ir mokinių santykių puoselėjimas (pažinimas, grįžtamasis ryšys, pagarba). Prosocialaus elgesio skatinimas .....	38
3.4. Žmonės, atsakingi už kovą su elektroninėmis patyčiomis (mokytojai, tėvai, mokiniai). Pranešimas apie elektronines patyčias .....	43
IV skyrius. Elektroninės patyčios skaitmeninėje eroje.....	47
4.1. Mokyklos politika dėl saugumo internete ir skaitmeninio raštingumo .....	48
4.2. Skaitmeninės grėsmės ir saugumo internete įgūdžiai (privatumo nustatymai / pranešimas apie neteisėtą turinį / netikros naujienos) .....	50
4.3. Kaip gauti <i>eSafety Label</i> savo mokyklai?.....	51
V skyrius. Mokymo išteklių kovai su elektroninėmis patyčiomis .....	58
5. 1. Patarimai mokytojams, kaip integruoti mokymą apie elektronines patyčias į mokyklos programą (įskaitant bendras mokinių ir tėvų veiklas bei pamokų planus).....	58
5.2. Klausimynai elektroninėms patyčioms atpažinti .....	64
5.3. Užduočių lapai ir dalomoji medžiaga informuotumui apie elektronines patyčias didinti .....	67
5.4. Užduočių lapai apie bendravimą (ką sakyti ir ką daryti) su auka, smurtautoju, liudininkais ir tėvais .....	79
Nuorodos ir šaltiniai.....	84

## Įžanga

### Apie vadovą

Nuo COVID-19 pandemijos pradžios viso pasaulio mokyklos, mokytojai ir mokiniai dažniau nei anksčiau naudojami socialiniais tinklais ir mobiliosiomis programėlėmis. Nors šios naujos tendencijos turi daug privalumų, jos kelia ir riziką. Šis mokymų vadovas parengtas įgyvendinant *TECPC (Drauge galime užkirsti kelią elektroninėms patyčioms)* projektą, kuriuo norima atkreipti dėmesį į internete kylančius iššūkius, nes pedagogai daug dėmesio skiria hibridinėms ir elektroninėms mokymo platformoms, ignoruodami riziką, su kuria susiduria mokiniai – daugiau internete praleisto laiko sukuria daugiau galimybių patyčioms plisti. *TECPC* projekto vadove nagrinėjamas dabartinis patyčių internete reiškiny ir iššūkiai, kuriuos kelia staigus perėjimas prie internetinio ir nuotolinio mokymo(si).

### Tikslinė grupė

*TECPC* mokymų vadovas skirtas pedagogams, konsultantams, tėvams ir mokiniams nuo pradinio iki vidurinio ugdymo pakopos. Leidinys suteiks žinių, kaip užkirsti kelią elektroninėms patyčioms skaitmeninėje eroje ir į jas reaguoti. Čia pateikiamos specializuotos gairės ir mokymai, aktyviai įtraukiantys visus veikėjus (mokytojus, tėvus ir mokinius) į edukacinius žaidimus ir kitokią veiklą, kad jie išmokytų atpažinti patyčias internete ir įgytų įgūdžių, kaip elgtis įvairiose su elektroninėmis patyčiomis susijusiose situacijose.

### *TECPC* mokymų vadovo tikslai

Šio intelektualinio produkto tikslas – suteikti nemokamą ir lengvą prieigą pedagogams, kad jie galėtų gilinti žinias ir kelti kompetenciją, susijusių su pedagoginiais būdais užkirsti kelią patyčioms tarp mokinių.

*TECPC* vadove nagrinėjamas dabartinis patyčių internete reiškiny ir iššūkiai, kuriuos kelia staigus perėjimas prie internetinio ir nuotolinio mokymo(si). Šiuo leidiniu siekiama padėti pedagogams ir apmokyti juos šiais klausimais:

- informavimo apie elektronines patyčias integravimas į skaitmeninį ugdymą, mokymo programą, bendrą mokinių ir tėvų veiklą;
- kaip atpažinti elektronines patyčias, patyčių priežastys, kanalai, amžiaus grupės, psichologinių pasekmių sunkumas, intervencijos strategijos, psichologinės priemonės;
- gerinti elektroninių patyčių supratimą: patyčios šiuolaikinėje visuomenėje – skaitmeninės grėsmės ir IKT (informacinių komunikacinių technologijų) naudojimo įgūdžiai, patyčių elektroninėje erdvėje poveikis, saugaus interneto praktika ir standartai (namuose, mokykloje ir viešosiose vietose), skaitmeninės kompetencijos, kaip stebėti bendravimą internete, socialinis ir psichologinis elektroninių patyčių poveikis;
- padėti mokytojams atpažinti smurtą internete ir tinkamai į jį reaguoti;
- gerinti mokyklų konsultantų gebėjimus spręsti tokias problemas kaip priekabiavimas, diskriminacija, smurtas;
- sukurti pagalbos sistemą nukentėjusiems mokiniams – naujoviško turinio, paremtą psichologiniu ir medicininio požiūriais.

### *TECPC* vadovo struktūra



Vadovą sudaro penki skyriai, juose pateikiamos šios temos:

- elektroninių patyčių supratimas / susipažinimas su patyčiomis internete,
- elektroninių patyčių priežastys,
- kur randasi elektroninės patyčios,
- aukos ir smurtautojo profiliai,
- ženklai pagal amžiaus grupes (pradinė, vidurinė mokykla),
- psichologinių pasekmių sunkumas,
- elektroninių patyčių prevencijos integravimas į mokymo programą,
- intervencijos strategijos,
- psichologinės priemonės,
- elektroninės patyčios skaitmeninėje eroje,
- skaitmeninės grėsmės ir IKT įgūdžiai,
- saugaus interneto praktika ir standartai (namuose, mokykloje ir viešosiose vietose).

Kiekviename skyriuje yra tiek teorinio, tiek praktinio turinio, nagrinėjami scenarijai (žymūs atvejai, mokyklos situacijos, atvejų analizės ir kt.) ir sprendimai, kuriuos reikia naudoti klasėje. Apšilimo veikla (citata arba klausimas diskusijai) skirta temos kontekstui pristatyti ir (arba) patikrinti pedagogų jau turimas žinias konkrečia tema. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Vadovo pabaigoje pateikiamos nuorodos į kiekvienos temos papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.

### **I skyriaus santrauka. Suprasti elektronines patyčias**

Šiame skyriuje siekiama supažindinti su elektroninių patyčių reiškiniu, pateikti apibrėžtį ir išanalizuoti jų rūšis. Taip pat nagrinėjamos pagrindinės elektroninių patyčių priežastys ir kanalai. Skyriuje apibūdinami pagrindiniai dalyviai: smurtautojas, auka ir liudininkai. Dėmesys sutelkiamas į elektroninių patyčių pasekmes, nes elektroninės patyčios paliečia ne tik aukas, bet ir jų šeimos narius bei liudininkus. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.

### **II skyriaus santrauka. Atpažinti elektronines patyčias**

Šio skyriaus tikslas – supažindinti pedagogus su įvairiais elektroninių patyčių požymiais, kad jie galėtų atpažinti tuos, kuriems gresia pavojus. Jame taip pat daug dėmesio skiriama elektroninių patyčių skirtumams pagal amžiaus grupes (pradinėje, vidurinėje mokykloje) ir lytį. Paskutinėje skyriaus dalyje pedagogams pateikiama naudingos informacijos apie rizikos veiksnius tapti elektroninių patyčių auka arba liudininku. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir

ilustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.

### **III skyriaus santrauka. Elektroninių patyčių prevencijos ir sustabdymo strategijos**

Šio skyriaus tikslas – supažindinti pedagogus su įvairiomis intervencijos strategijomis, siekiant užkirsti kelią patyčioms elektroninėje erdvėje ir jas sustabdyti. Jame taip pat daug dėmesio skiriama mokyklos kovos su patyčiomis elektroninėje erdvėje politikos kūrimui ir įgyvendinimui, pateikiami geriausios praktikos pavyzdžiais pedagogams. Paskutinėje skyriaus dalyje pateikiama naudingos informacijos apie tai, kaip mokyklose sukurti kultūrą prieš patyčias elektroninėje erdvėje, plėtojant teigiamus mokytojų ir mokinių santykius (pažinimas, grįžtamasis ryšys, pagarba) ir skatinant tinkamą elgesį. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.

### **IV skyriaus santrauka. Elektroninės patyčios skaitmeninėje eroje**

Išaugus interneto naudojimui tiek asmeniniais, tiek profesiniais tikslais, padaugėjo ir su netinkamu technologijų naudojimu susijusių problemų. Tad šis skyrius yra susijęs su elektroninėmis patyčiomis skaitmeninėje eroje, nes tai neabejotinai problema, apie kurią visuomenė turi žinoti ir jai pasiruošti. Mokslinėje literatūroje pabrėžiama aiškios ir struktūruotos mokyklos politikos, kaip vienos svarbiausių kovos su elektroninėmis patyčiomis priemonių, svarba. Mokytojai turi žinoti teorijas ir metodus, kaip kovoti su patyčiomis elektroninėje erdvėje, nes tik tada galės greitai įsikišti ir didinti mokinių sąmoningumą. Todėl elektroninių patyčių prevencijos programa turi būti suderinta su mokyklos politika ir mokytojų rengimo programomis.

Šiame skyriuje taip pat aptariamas poreikis mokyti vaikus tinkamai elgtis internete, o tai reiškia, kad vaikai turi būti mokomi saugiai naudotis internetu. Ši perspektyva leidžia mums suprasti, kad mokyklos turi ugdyti mokinių kritinį mąstymą, kad jie gebėtų abejoti, klausti ir tikrinti informaciją. Taip pat šiame skyriuje atkreipiame dėmesį į dažniausiai pasitaikančias internetines grėsmes, kad mokyklos bendruomenės galėtų susikurti savą kibernetinio saugumo planą.

### **V skyriaus santrauka. Mokymo išteklių kovai su elektroninėmis patyčiomis**

Šiuo skyriumi siekiama supažindinti pedagogus su įvairiais kovos su elektroninėmis patyčiomis ištekliais, kad sėkmingai juos naudotų ir pritaikytų savo kontekste. Skyriuje nagrinėjama praktinė medžiaga, patarimai, kaip integruoti informuotumą apie elektronines patyčias į mokyklos programą (taip pat ir bendras mokinių bei tėvų veiklas), klausimynai, padedantys atpažinti elektronines patyčias, užduočių lapai apie informuotumo didinimą (kalbama apie patyčias elektroninėje erdvėje prieš joms įvykstant, jausmus ir emocijas, teigiamus pavyzdžius ir kt.) ir užduočių lapai apie bendravimą (ką sakyti ir ką daryti) su auka,

smurtautoju, liudininkais ir tėvais. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius.

Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.

### Nuorodų ir informacijos šaltinių santrauka

Kiekviena skyriuje plėtojama tema teikia pedagogams papildomos medžiagos, šaltinių ir vaizdo įrašų, kuriuos būtų galima naudoti ir pritaikyti pagal mokinių poreikius.

**I skyriaus nuorodos** suteikia skaitytojams įžvalgų apie patyčių internete reiškinių. Daugiausia dėmesio skiriama patyčių apibrėžtims, skirtumams tarp tradicinių ir elektroninių patyčių, elektroninių patyčių rūšims, pagrindinėms priežastims, kodėl vaikai ir paaugliai tyčiojasi, pagrindinių veikėjų – smurtautojo, aukos, liudininkų – profilams ir pasekmėms.

**II skyriaus nuorodose** pedagogams pateikiama daugiau informacijos apie patyčių internete požymius, leidžiančius atpažinti visus, kuriems gresia pavojus, elektroninių patyčių skirtumus pagal amžiaus grupes (pradinėje, vidurinėje mokykloje) ir lytį. Taip pat yra naudingos informacijos apie rizikos veiksmus tapti patyčių auka arba liudininku.

**III skyriaus nuorodos** remiasi straipsniais ir vaizdo įrašais, skirtais supažindinti su įvairiomis intervencijos strategijomis, žiūrint iš kelių perspektyvų (mokinių, tėvų, pedagogų, konsultantų, žiniasklaidos ir kt.), ir atvejo analizėmis, siekiant užkirsti kelią elektroninėms patyčioms. Taip pat pristatomos geriausios mokyklų kovos su elektroninėmis patyčiomis politikos ir praktikos, pateikiama naudingų patarimų, kaip jas parengti ir įgyvendinti savo mokyklose.

**IV skyriaus nuorodos** suteikia pedagogams naudingos informacijos apie tai, kaip plėtoti ir tobulinti savo mokyklos politiką dėl saugumo internete ir skaitmeninio raštingumo. Medžiagoje taip pat atkreipiamas dėmesys apie skaitmenines grėsmes, saugumo internete įgūdžius (privatumo nustatymai, pranešimai apie neteisėtą turinį, netikros naujienos) ir pateikiama informacija, kaip gauti e. saugos ženklą savo mokyklai.

**V skyriaus nuorodos** veda į praktinę medžiagą, t. y. patarimus, kaip integruoti informuotumą apie elektronines patyčias į mokyklos programą (įskaitant mokinių ir tėvų veiklą), klausimynus, padedančius identifikuoti patyčias elektroninėje erdvėje, pamokų planus, informuotumo didinimo užduočių lapus (kalbama apie elektronines patyčias prieš joms įvykstant, jausmus ir emocijas, teigiamus pavyzdžius ir kt.) ir užduočių lapus apie bendravimą (ką sakyti ir ką daryti) su auka, smurtautoju, liudininkais ir tėvais.

## I skyrius. Suprasti elektronines patyčias

Šiame skyriuje siekiama supažindinti su elektroninių patyčių reiškiniu, pateikti apibrėžtį ir išanalizuoti jų rūšis. Taip pat nagrinėjamos pagrindinės elektroninių patyčių priežastys ir kanalai. Skyriuje aptariami pagrindiniai dalyviai: smurtautojas, auka ir liudininkai. Dėmesys sutelkiamas į elektroninių patyčių pasekmes, nes elektroninės patyčios paliečia ne tik aukas, bet ir jų šeimos narius bei liudininkus. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.

### Apšilimas

#### Ar tai elektroninės patyčios?

**Paklauskite mokinių:** Ar yra skirtumų tarp juokavimo, įžeidinėjimo ir patyčių? Kuo tai skiriasi?

Pasidalykite savo mintimis su draugais.

Pakvieskite mokinius užfiksuoti pavyzdžius trijuose stulpeliuose:

Juokavimas	Įžeidinėjimas	Patyčios

Parodykite vaizdo įrašą „Kas yra elektroninės patyčios?“ ([What's Cyberbullying?](#)) ir paklauskite mokinių, ką reiškia terminas „elektroninės patyčios“? Veskite mokinius prie apibūdinimo, kad elektroninės patyčios, tai skaitmeninių įrenginių, socialinių tinklų ir mobiliųjų programėlių naudojimas siekiant ką nors įbauginti, pažeminti ar nuliūdinti.

### 1.1. Elektroninės patyčios – supratimas ir aprėptis

#### Sužinokite

Kasdieniam gyvenime technologijas bendrauti su kitais žmonėmis naudojame labai dažnai. Nepriklausomai nuo amžiaus, išsilavinimo, profesijos ar sveikatos būklės, komunikacijos per technologijas nebeįmanoma išvengti. Žmonės naudoja technologijas dėl įvairių priežasčių: bendravimui, informacijos paieškai, norėdami atlikti akademines ar darbo užduotis, dalyvauti darbo grupėse su žmonėmis iš kitų



šalių, praleisti laisvalaikį, konsultuojantis internetu su įvairiais specialistais (mokslininkais, gydytojais, psichologais ir kt.). Niekas negali paneigti technologijų naudojimo tarpasmeniniame bendravime svarbos, nepaisant visų jų trūkumų. Pavyzdžiui, gali kilti nesupratimų dėl kultūrinių ir kalbinių skirtumų, bendravimas turi vykti bendra kalba, žinutė gali būti prikrauta simbolių, santrumpų ar vaizdų, kuriuos ne visada galima lengvai iššifruoti, taip pat gali būti keičiamasi informacija skirtingu laiku (priklausomai nuo laiko juostos) ir t. t. Tačiau negalima ignoruoti teigiamo technologijų naudojimo komunikacijoje poveikio, todėl reikia daugiau dėmesio skirti veiksniams, kurie galėtų sumenkinti jų svarbą. Būdami visada dėmesingi tam, ką perduodame naudodami technologijas, tampame vis geresniais skaitmeniniais piliečiais. Technologijų naudojimas bendraujant yra įgūdis, kurį galime ugdyti apie šias technologijas sužinodami daugiau ir praktiškai mokydami jomis naudotis.

Tačiau yra situacijų, kai technologijos naudojamos siekiant įžeisti, pažeminti ar nuliūdinti žmogų.

<b>Tradicinės patyčios</b>	<b>Elektroninės patyčios</b>
Tiesioginės patyčios	Tiesioginės patyčios
Fizinės patyčios (pvz., mušimas):	Fizinės patyčios:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• turtinės (pvz., sugadinti kažkieno asmeninius daiktus),</li> <li>• žodinės (pvz., pravardžiuoti);</li> <li>• nežodinės (pvz., rodyti nepadorius gestus),</li> <li>• socialinės (pvz., išskirti ką nors iš grupės).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• turtinės (pvz., tyčia siųsti virusu užkrėstą failą),</li> <li>• žodinės (pvz., naudotis internetu ar mobiliuoju telefonu siekiant įžeisti ar pagrasinti),</li> <li>• nežodinės (pvz., siųsti grasinančius ar nepadorius paveikslėlius ar iliustracijas),</li> <li>• socialinės (pvz., pašalinti iš internetinės grupės).</li> </ul>
Netiesioginės patyčios (pvz., skleisti gandus)	Netiesioginės patyčios <ul style="list-style-type: none"> <li>• apgaulinėti žmogų apsimečius kažkuo kitu,</li> <li>• skleisti apkalbas mobiliuoju telefonu, el. paštu ar susirašinėjant,</li> <li>• balsuoti šmeižikiškose apklausose internete.</li> </ul>

## APIBRĖŽTYS

- Elektroninės patyčios – tai tyčia ir kartotinai siunčiami agresyvūs ar žalingi pranešimai internetu, siekiant priekabauti, išjuokti ar netinkamai elgtis (Callaghan et al., 2015; Fousiani, Dimitropoulou, Michaelides ir Petegem, 2016; Mehari ir Farrell, 2018; Patchin 2016; Purdy ir McGuckin 2015; Waasdrorp ir Bradshaw, 2015; Zaborskis, Ilionsky, Tesler ir Heinz, 2018).
- Elektroninės patyčios yra panašios į tradicines patyčias su papildoma informacinių technologijų dimensija; elektroninių patyčių charakteristika sutampa su tradicinių patyčių savybėmis (Mehari ir Farrell, 2018; Waller et al., 2018).

- Elektroninės patyčios yra patyčios per informacines technologijas, kurios suteikia patyčioms tam tikro anonimiškumo. Dėl šio anonimiškumo tie, kurie tyčiojasi, jaučiasi drąsesni siųsdami įvairias įžeidžiančias žinutes (Patchin, 2016; Tanrikulu, 2018; Waller et al., 2018).
- Elektroninės patyčios dažniausiai vyksta internete per įvairius elektroninio bendravimo būdus, pavyzdžiui, žinutes, el. laiškus, tinklaraščius, socialinius tinklus, internetinius žaidimus, internetinius forumus ir pokalbių kambarius (Waller et al., 2018).
- Elektroninės patyčios apibūdinamos kaip „žiaurus elgesys su kitais siunčiant ar skelbiant žalingą informaciją arba užsiimant kitomis socialinės agresijos formomis naudojant internetą ar kitas skaitmenines technologijas“ (Willard, 2007).
- Elektroninės patyčios – tai priekabiavimas erzinant ar įžeidinėjant žmogų dėl jo kūno formos, intelekto, kilmės, aprangos stiliaus, gimtosios kalbos, pažiūrų, rasės ar socialinės klasės, pravardžiavimas naudojant šiuolaikines telekomunikacijos priemones, pvz., mobiliuosius telefonus (SMS ir MMS) ir internetą (pokalbių kambariai, el. laišakai, žinutės ir internetinės grupės) (Jaishankar, 2008).

UNICEF perspėja apie elektroninių patyčių poveikį vaikų ir paauglių fizinei, psichinei ir socialinei sveikatai, nes vaikai ir paaugliai dažniausiai su jomis susiduria ir dar neturi gebėjimų su tuo dorotis. UNICEF iš naujo apibrėžė sąvoką, apimančią visus tris pavojus, pripažindama, kad elektroninės patyčios yra patyčios naudojant skaitmenines technologijas. Jos gali reikštis socialiniais tinklais, žinutėmis, žaidimų platformomis. Tai pasikartojantis elgesys, kuriuo siekiama išgąsdinti, supykdyti ar sugėdyti. Pavyzdžiui:

- skleidžiamas melas apie ką nors arba skelbiamos gėdingos nuotraukos socialiniuose tinkluose,
- siunčiamos įžeidžiančios žinutės ar grasinimai,
- apsimitama kitu žmogumi ir jo vardu siunčiamos užgaulios žinutės kitiems.

UNICEF pabrėžia, kad patyčios akis į akį ir elektroninės patyčios dažnai gali vykti kartu. Tačiau elektroninės patyčios palieka pėdsaką – įrašą, kuris gali būti naudingas ir teikti įrodymų, padedančių sustabdyti užgauliojimą.

#### **VIETOS, KUR ELEKTRONINĖS PATYČIOS VYKSTA DAŽNIAUSIAI**

- Socialiniai tinklai, pavyzdžiui, *Facebook, Instagram, Snapchat* ir *TikTok*.
- Tekstinės žinutės ir žinučių siuntimo programėlės mobiliuosiuose arba planšetiniuose įrenginiuose.
- Momentinės žinutės, tiesioginės žinutės ir pokalbiai internetu.
- Internetiniai forumai, pokalbių kambariai ir pranešimų platformos, pvz., *Reddit*.
- El. laišakai.
- Internetinės žaidimų bendruomenės.

[The StopBullying.gov](https://www.stopbullying.gov) platformoje siūlomas konkretesnis apibrėžimas. Teigiama, kad „elektroninės patyčios yra patyčios naudojant skaitmeninius įrenginius, tokius kaip mobilieji telefonai, nešiojamieji kompiuteriai ir planšetės“. Elektroninės patyčios gali vykti SMS žinutėmis ir mobiliosiomis programėlėmis, taip pat internetu, tokiose vietose kaip socialiniai tinklai, forumai ir žaidimai, kur žmonės gali žiūrėti, dalyvauti ir keistis turiniu. Nemalonaus, žalingo, klaidinančio ar bjauraus turinio apie kitą žmogų siuntimas, kėlimas ar skleidimas laikomas elektroninėmis patyčiomis. Tai gali apimti asmeninės informacijos apie kitą

žmogų atskleidimą, siekiant sugėdyti jį arba pažeminti. Elektroninės patyčios gali pereiti prie neteisėtų arba nusikalstamų veiksmų.

#### PAVYZDŽIAI:

- Internete skelbti piktus, įžeidžiančius, gėdijančius komentarus arba gandus apie kitą žmogų.
- Grasinti ką nors įskaudinti arba liepti nusižudyti.
- Skelbti įžeidžiančias nuotraukas arba vaizdo įrašus.
- Apsimesti kitu žmogumi internete, siekiant paprašyti arba paskelbti asmeninę arba melagingą informaciją apie kitą asmenį.
- Skelbti internete neapykantą keliančius komentarus apie rasę, religiją, etninę kilmę ar kitas asmenines savybes.
- Sukurti įžeidžiantį tinklalapį apie kitą žmogų.
- Doksingas, sutrumpinta *Word* dokumentų forma, yra priekabiavimo internete forma, naudojama siekiant atkeršyti ir grasinti asmens privatumui viešai paskelbiant jo asmeninę informaciją, įskaitant adresą, asmens kodą, kredito kortelių ir telefono numerius, nuorodas į socialinių tinklų paskyras ir kitus privačius duomenis.

**Elektroninės patyčios iš kitų patyčių formų išsiskiria tuo, kad vyksta anonimiškai, galima priekabauti prie aukos 24 valandas per parą ir dažnai tai vyksta ne mokykloje.**

#### Elektroninių patyčių kriterijai

- **Intencionalumas** – smurtautojas turi turėti intenciją pakenkti kitam žmogui, kad jo elgesį būtų galima apibrėžti kaip elektronines patyčias.
- **Kartojimas** – virtualiame kontekste vienas agresyvus veiksmas gali sukelti daugybę tyčiojimosi pasikartojimų be smurtautojo indėlio, todėl kyla klausimas, ar kartojimas gali būti patikimas elektroninių patyčių nustatymo kriterijus.
- **Galios disbalansas** – daugiau galios turintis žmogus nusitaiko į mažiau galios turintįjį. Galios disbalansas kuria bejėgiškumo jausmą, aukai sunkiau apsiginti.
- **Anonimiškumas** – anonimiškumas yra išskirtinė elektroninių patyčių ypatybė. Ji gali sustiprinti neigiamus aukos jausmus, tokius kaip bejėgiškumas.
- **Viešumas ar privatumas** – jauni žmonės mano, kad išpuolis yra rimtesnis, kai auditorija didelė.

#### Konfliktas ar patyčios?

Kaip žinoti, kad tai patyčios?

Visi juokaujame su draugais, tačiau kartais nustatyti, ar kas nors juokauja, ar bando jus įskaudinti, gali būti sunku, ypač internete. Retkarčiais jie nusijuoks ir sakys: „Juokauju“ arba „Nepriimk to taip rimtai“.

Tačiau jeigu jus įžeidė arba manote, kad kiti juokiasi iš jūsų, o ne iš jūsų pokšto, vadinasi, nueita per toli. Jei tai tęsiasi net po to, kai paprašėte nustoti, gali būti, kad jūs patiriate patyčias.

KONFLIKTAS	PATYČIOS / ELEKTRONINĖS PATYČIOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>vienoda galia arba draugiškas santykis;</li> <li>pasitaiko retkarčiais;</li> <li>atsitiktinis dalykas;</li> <li>vienoda emocinė reakcija;</li> <li>nė vienas nesiekia galios;</li> <li>apgailėstaujama ir prisiimama atsakomybė;</li> <li>stengiamasi išspręsti problemą.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>galios disbalansas;</li> <li>kartojasi;</li> <li>daroma tyčia;</li> <li>stipri emocinė aukos reakcija; menka arba visai jokios reakcijos iš smurtautojo;</li> <li>smurtautojas siekia galios ir kontrolės;</li> <li>jokio apgailėstavimo, kaltina auką;</li> <li>jokių pastangų išspręsti problemą.</li> </ul>

### Conflict vs. Bullying - What's the difference?

Conflict	Bullying
<ul style="list-style-type: none"> <li>Disagreement or argument in which both sides express their views</li> <li>Equal power between those involved</li> <li>Generally stop and change behavior when they realize it is hurting someone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Goal is to hurt, harm, or humiliate</li> <li>Person bullying has more power*</li> <li>Continue behavior when they realize it is hurting someone.</li> </ul> <p style="font-size: small;">* "Power" can mean the person bullying is older, bigger, stronger, or more popular.</p>



#### Apmąstykite

- Kaip apibrėžtumėte, kas yra elektroninės patyčios?
- Kuo jos skiriasi nuo tradicinių patyčių?

## 1.2. Elektroninių patyčių rūšys



Skiriama 12 elektroninių patyčių rūšių:

1. **Fleimingas:** „muštynės“ internete naudojant elektronines žinutes su pikta ir vulgaria kalba.
2. **Priekabiavimas:** besikartojantis bjaurių, niekšiškų ir įžeidžiančias žinučių siuntinėjimas.
3. **Menkinimas:** apkalbinėjimas arba gandų apie kitą žmogų skleidimas, siekiant pakenkti jo reputacijai arba draugystei.
4. **Apsimetinėjimas:** apsimetimas kuo nors kitu ir medžiagos siuntimas arba paskelbimas, siekiant, kad kitas žmogus patektų į bėdą, pavojų arba pakenkti jo reputacijai arba draugystei.
5. **Autingas:** kai smurtautojas internete viešai dalijasi privačiomis aukos žinutėmis, nuotraukomis ar kita informacija. Tai daroma be aukos žinios ir sutikimo ir siekiama sugėdyti arba pažeminti. Informacija gali būti nereikšminga arba asmeniška ir svarbi – abiem atvejais tai bus elektroninės patyčios.
6. **Apgaudinėjimas:** įkalbėti ką nors atskleisti savo paslaptį arba gėdingą informaciją internete.
7. **Išskyrimas:** tyčinis ir žiaurus asmens pašalinimas iš internetinės grupės; blokavimas iš draugų sąrašų ir priverstinis pašalinimas iš grupės.
8. **Elektroninis persekiojimas:** pasikartojantis intensyvus priekabiavimas, menkinimas ir grasinimas, keliant didelę baimę.
9. **Maskavimasis** vyksta tada, kai smurtautojas apsimeta kitu žmogumi, kad anonimiškai priekabautų prie aukos ir ją persekiotų. Jis gali apsimesti kitu asmeniu, naudoti tikro asmens paskyrą ir telefono numerį arba susikurti netikrą tapatybę. Įprastai šiuo atveju smurtautojas gerai pažįsta auką, nes nori slėpti savo tapatybę. Paprastai tai daroma siekiant pasilinksminti arba pažeminti auką.
10. **Frapingas** yra prisijungimas prie socialinių tinklų profilio ir netinkamo turinio skelbimas aukos vardu. Nors daugelis žmonių mano, kad tai tik juokingas pokštas, įsilaužimas į kito žmogaus paskyrą gali pakenkti jo reputacijai, sukelti nemalonumų šeimoje arba padaryti kitokios žalos ir sugėdyti.
11. **Trolinimas** yra tada, kai smurtautojas, skelbdamas komentarus internete, siekia tyčia nuliūdinti kitą. Trolinimas ne visada gali būti elektroninių patyčių forma, tačiau jis gali būti naudojamas kaip priemonė tyčiotis virtualioje erdvėje, kai tai daroma pikta ir siekiant sukelti žalos. Šie žmonės dažnai nėra artimi aukai ir neturi asmeninio santykio.
12. **Sekstingas** yra nepadorių, pornografinių, nešvankių vaizdų, nuotraukų ar vaizdo įrašų siuntimas kitam žmogui. Sekstingas tarp nepilnamečių yra vaikų pornografijos forma. Sekstingas tarp vyresnių mokinių ir studentų laikomas II kategorijos nusikaltimu pagal studentų elgesio kodeksą JAV. Siųsdamas asmenines intymias nuotraukas ar paveikslėlius kitam, siuntėjas privalo turėti omenyje, kad ta nuotrauka niekada neišnyks.

Į socialinį tinklą įkeltas vaizdas bus pasiekiamas neribotą laiką. Tas pats atsitinka, kai vaizdai nusiunčiami partneriui. Gana įprasta, kad paauglystėje santykiai turi pakilimų ir nuosmukių. Santykiui nutrūkus, vienas ar abu jaunuoliai dažnai bando pakenkti buvusiam. Daugelis jaunų žmonių naudos šiuos seksualinio pobūdžio vaizdus, kurie buvo išsiųsti, kai viskas dar buvo gerai, kad atkeršytų vienas kitam. Šias nuotraukas ir žinutes paaugliai gali siųsti bendraamžiams arba paskelbti internete. Daugelis jaunų žmonių nesupranta,

kad kam nors patekus į internetą, tai lieka ten amžinai – internete paskelbta informacija niekada neišnyksta.



#### Apmąstykite

1. Įvardykite bent penkias elektroninių patyčių rūšis.
2. Kodėl siųsti seksualinio pobūdžio žinutes nėra gera idėja?

### 1.3. Elektroninių patyčių priežastys ir kanalai



#### Sužinokite

#### Kodėl žmonės tyčiojasi internete?

Visada buvo žmonių, kurie renkasi būti smurtautojais, ir tų, kurie yra nelaimingos aukos. Bet kas verčia negailestingai ir žiauriai tyčiotis iš kito internete?

Viena iš teorijų teigia, kad smurtautojai negeba įsijausti į kito žmogaus situaciją. Aktyvus technologijų naudojimas ir menkesni realaus pasaulio socialiniai ryšiai susiję su mažu empatijos lygiu. Tačiau tai tik viena elektroninių patyčių problemos dalis.

Elektroninės patyčios smurtautojui gali suteikti daugiau galios. Jis gali bet kuriuo metu paprastai ir veiksmingai išsilieti, saugiai ir patogiai būdamas namuose, nebijodamas pasekmių. Kitas veiksnys yra tėvų priežiūros trūkumas, taip pat noras pasiekti populiarumą tokiais veiksmais, kurie, smurtautojų manymu, patinka bendraamžiams ir bendraminčiams.

Kai kurie mokslininkai skirsto **elektronines patyčias įtakojančius veiksnius** į keturis lygius:

- 1) **Asmeninis lygmuo** apima lytį, amžių, asmenybės bruožus, gerovę, empatiją, interneto naudojimo trukmę ir dažnumą, socialinio elgesio tipą ir skaitmeninį pilietiškumą.
- 2) **Šeimos lygmuo** apima santykius tarp šeimos narių, tėvų paramą, šeimos socialinę ir ekonominę padėtį ir tėvų priežiūrą.
- 3) **Mokyklos lygmuo** apima mokyklos tipą ir mokymo kokybę, mokyklos valdymą, mokytojo ir mokinio santykį, mokyklos klimatą ir aplinką, mokyklos kultūrą, mokyklos saugą ir priežiūrą bei švietimą psichikos sveikatos ir interneto saugumo klausimais.
- 4) **Socialinis ir aplinkos lygmuo** apima nacionalinę švietimo sistemą, kultūros normas, bendruomenės įtaką (bandos mentalitetas), kultūrinius skirtumus, tarpasmeninius (bendraamžių) santykius ir įtampą darbe.

Elektroninės patyčios vyksta dėl daugelio tų pačių priežasčių, kaip ir bet kurios kitos patyčios, tačiau smurtautojams jos gali atrodyti dar patrauklesnės, nes gali būti daromos anonimiškai. Apskritai smurtautojų elgesį dažniausiai lemia jų pačių problemos. Daugybės tyrimų rezultatai rodo, kad paprastai jie mažiau bendrauja su tėvais, mažiau jaudinasi dėl mokyklos, jaučiasi prislėgti ar nerimauja. Jiems dažnai sunku valdyti savo emocijas ir impulsus, laikytis taisyklių.

## Štai keletas priežasčių, kodėl vaikai ir jaunuoliai tyčiojasi internete:

### 1 priežastis – naudojimasis internetu

Per pastarąjį dešimtmetį labai išaugo naudojimasis internetu ir socialiniais tinklais. Įvairūs tyrimai rodo, kad bakalauro studijų studentai naudojami internetu daugiau ir dažniau nei bet kuri kita demografinė grupė.

Beveik 95 % jaunuolių turi išmanųjį telefoną arba prieigą prie jo (Aizenkot ir Kashy-Rosenbaum, 2018 m., Aizenkot ir Kashy-Rosenbaum, 2019 m., Anderson ir Jiang, 2018 m.), o 45 % jaunuolių teigia, kad beveik visada yra prisijungę prie interneto (Anderson ir Jiang, 2018, Ansary, 2020).

2014 m. JAV Pew tyrimų centro atlikta 1006 dalyvių apklausa atskleidė, kad 97 % jaunų suaugusiųjų 18–29 metų naudojami internetu, el. paštu arba prisijungia prie interneto per mobilųjį įrenginį. Tarp jų 91 % buvo universitetų ir kolegijų studentai. 64 % patyčias internete patiriančių jaunuolių žino, kas yra smurtautojas.

Nuotraukų viešinimas ir asmeninės informacijos, tokios kaip slaptažodžiai ir vartotojo vardai, atskleidimas didina riziką tapti patyčių auka.



Technologijų teikiama anoniminė aplinka atveria daug galimybių nusikalstamumui (Lowry et al., 2019). Anonimiškumo suvokimas gali būti ryškesnis, nes priekabiautojui nereikia turėti ryšio su auka. Patyčių anonimiškumas didina motyvaciją užsiimti elektroninėmis patyčiomis (Barlett et al., 2016).

### 2 priežastis – santykiai tarp tėvų

Konfliktai šeimoje yra dar vienas elektroninių patyčių rizikos veiksnys, kartu su kitu antisocialiniu ar deviantiniu elgesiu, pasireiškiančiu vėliau gyvenime (Hemphill, Kotevski ir Heerde, 2015). Vaikai, augantys disfunkcinėse šeimose, kurioms būdingi smurtiniai tėvų santykiai, turi didesnę riziką tapti smurtautojais, piktnaudžiauti narkotinėmis medžiagomis, žalotis, susirgti depresija ir patirti daugybę kitų nepageidaujamų padarinių, susijusių su sunkumais namuose (Hemphill et al., 2015; Waller et al., 2018).

Fizinis smurtas tarp tėvų ir tiesioginės patyčios ypač veikia mergaites:

- mergaitės, patyrusios tėvo smurtą prieš motiną ir tos, kurios patyrė motinos smurtą prieš tėvą, buvo vienos labiausiai linkusių tiesiogiai tyčiotis iš kitų, palyginti su mergaitėmis, kurios nepatyrė jokio smurto tarp tėvų.
- Hierarchinė daugialypė regresinė analizė atskleidė, kad patyčios buvo nuspėjamos dėl tėvų tarpusavio smurto, ypač motinos smurto prieš tėvą, labiau negu dėl amžiaus, lyties ir tėvo smurto prieš vaikus (Baldry, A.C., 2003).

### 3 priežastis – tėvų ir vaikų santykiai

Prasti tėvų ir vaikų santykiai yra susiję su didesne elektroninių patyčių rizika. Nenuostabu, kad jie taip pat glaudžiai susiję su agresyviu elgesiu ir nusikalstamumu (Waller et al., 2018).

Nustatyta, kad autoritariniai auklėjimo būdai didina patyčių internete riziką, o lankstūs auklėjimo būdai mažina (Waller et al., 2018). Šis pastebėjimas rodo, kad demokratinės auklėjimo praktikos yra veiksmingesnės už autoritarines, nes sėkmingai mažina riziką, kad paauglys taps elektroninių patyčių auka arba smurtautoju (Waller et al., 2018).

Kaip nustatė Barlett ir Fennel, tėvai yra linkę neįvertinti, kiek laiko jų vaikai praleidžia internete, taip pat elektroninių patyčių tūšos. Barlett ir Fennel (2018) teigia, kad tėvų abejingumas prisideda prie elektroninių patyčių.

Tėvai turi suprasti interneto keliamą riziką ir susipažinti su naujesnėmis technologijomis, kad galėtų padėti vaikams. Kaip siūlė Beyazir, Simsek ir Ayhan (2017), tėvai, kurie nesupranta interneto ir informacinių technologijų, negali taip veiksmingai užkirsti kelio elektroninėms patyčioms, kaip tie, kurie tai supranta. Tyrėjai ieško atsakymo į klausimą, ar tėvai įgalina jaunesnių vaikų patyčias internete, leisdami jiems turėti *Facebook*, *Twitter* ar kitų socialinių tinklų paskyras (Young et al., 2017).

#### **4 priežastis – socialinės, demografinės, su sveikata susijusios, psichologinės ar santykių problemos ir gyvenimo būdas**

- fizinės problemos,
- su sveikata susijusios problemos (nutukimas, depresija, lėtinės ligos, prastas regėjimas, per mažas svoris, mažas ūgis),
- vidutinių ir žemų akademinų pasiekimų ir (arba) gabūs vaikai,
- socialinės ir demografinės priežastys, tokios kaip skurdas,
- pažeidžiama šeima (gyvena tik su vienu iš tėvų, šeimos finansinė padėtis prasta ir kt.)
- seksualinė orientacija,
- religija,
- gyvenimo būdas – drabužių stilius, išmanieji įrenginiai, barai, socialinės grupės,
- socialinių tinklų naudojimas,
- pavydas,
- neapykanta,
- prasta išvaizda ir prasti drabužiai,
- pavydas dėl akademinų pasiekimų.

#### **5 priežastis – mokyklos taisyklės ir etikos kodeksas**

Etikos kodeksas yra mokyklos principų ir teikiamo išsilavinimo lygio veidrodis.

- teigiamas mokyklos klimatas,
- moralinių vertybių propagavimas,
- pagarbos žmogui rodymas – fizinis ir intelektualinis vientisumas,
- problemų sprendimo būdų mokymas,
- socialinių įgūdžių ugdymas – integracija ir tolerancija,
- psichologinių problemų prevencija,
- galimybės pranešti apie patyčias ir agresyvų elgesį,
- svarbu stiprinti mokyklos atmosferą prieš patyčias, siekiant padėti mokiniams įveikti baimę apie jas pranešti.

#### **6 priežastis – auka tampa smurtautoju**

Patchin ir Hinduja (2015) teigia, kad tikimybė, jog elektroninių patyčių aukos, pačios pradės tyčiotis, yra maždaug 12 kartų didesnė.

#### **7 priežastis – informacijos apie save atskleidimas**

Informacijos apie save atskleidimas reiškia bet kokios asmeninės informacijos perdavimą kitam asmeniui (kitiems asmenims) (Wheless ir Grotz, 1976) – nuotraukos ir kita privati informacija. Internete tai vyksta greičiau nei realiame gyvenime (Barak ir Bloch, 2006, McCoyd ir Kerson, 2006).



Skirtumą lemia internetinio slopinimo efektas (Lapidot-Lefler, 2009). Šis terminas vartojamas apibūdinti psichologinių suvaržymų, kurie dažnai padeda reguliuoti elgesį socialinėje aplinkoje, mažinimą.

#### APSAUGANTYS VEIKSNIAI

- mokyklos įsitraukimas,
- griežtas auklėjimas,
- tėvų parama,
- pasitenkinimas gyvenimu,
- gera mityba ir vakarienės su šeima apsaugo, nes vakarienė su šeimos nariais didina norą dalytis informacija apie mokyklą, bendraamžius ir draugus, kuria santarvę ir skatina poreikį ieškoti paramos.

#### **NO BULLYING ALLOWED**

##### CONSEQUENCES:

- *The Bully will call their parents and tell them what he/she is doing.*
- *The bully and his/her parents will meet with the principal and teacher*
- *The bully will apologize to the victim*
- *The bully will lose school privileges*
- *The bully may be suspended or expelled from school*



#### Apmąstykite

1. Kodėl žmonės tyčiojasi internete? Nurodykite bent 5 priežastis.
2. Kokie yra apsaugantys veiksniai?

### 1.4. Pagrindiniai veikėjai – smurtautojo, aukos ir liudininko profiliai



#### Sužinokite

**Elektroninių patyčių vykdytojas, smurtautojas** yra asmuo, atliekantis vieną ar kelis smurtinius veiksmus, nukreiptus prieš kitą asmenį, persekioja, baugina, priekabiauja, tyčiojasi iš kitų naudodamasis internetu ir elektroninėmis priemonėmis, tokiomis kaip SMS, el. paštas, interneto svetainės, diskusijų forumai internete, socialiniai tinklai ir kt. Visa tai mažina aukos savigarbą, skaudina ir žeidžia orumą.

**Elektroninių patyčių liudininkas** yra asmuo, kuris nevykdo patyčių elektroninėje erdvėje, bet mato jas. Liudininkas gali elgtis įvairiai – reaguoti į smurtautojo veiksmus, apsaugoti auką arba jungtis prie smurtautojo (aktyviai arba pasyviai įsitraukia į smurtą, pvz., persiunčia arba skaito žinutes).

**Elektroninių patyčių auka** yra asmuo, patyręs išpuolius, pvz., gavęs skaudinančius el. laiškus, žinutes. Virtualaus smurto aukos dažniausiai jaučia gėdą, pažeminimą, neviltį, neigiamai galvoja apie save ir pasaulį.

#### STATISTIKA

- Tarp 12–18 metų mokinių, kurie per mokslo metus patyrė patyčias mokykloje, 16 % patyrė jas internetu arba žinutėmis (Nacionalinis švietimo statistikos centras ir teisingumo biuras).



- 15,7 % vyresnių klasių mokinių per 12 mėnesių patyrė elektronines patyčias (Ligų kontrolės ir prevencijos centras).
- Daugiau nei 40 % vaikų patyrė patyčias internete, o 90 % paauglių, mačiusių patyčias socialinėse medijose, sako, kad jas ignoravo.
- Amerikos pediatrių akademija 2017 m. pranešė, kad 3–5 klasių mokiniai, turintys mobiliuosius telefonus, „žymiai dažniau pranešdavo, kad yra elektroninių patyčių aukos.“
- Naujaisi Izraelio viešojo saugumo ministerijos statistiniai duomenys rodo, kad 45 % vaikų ir paauglių yra patyrę patyčias internete arba kaip aukos, arba kaip smurtautojai, o 41 % teigė patyrę elektronines patyčias arba „gėdinimą“ daugiau nei vieną kartą. Iš jų 18 % apie incidentą nepranešė.
- Daugiau nei 50 % Amerikos jaunimo yra patyrę patyčias internete, o daugiau nei 50 % buvo aktyvūs dalyviai. Tik 10 % elektroninių patyčių aukų apie įvykį papasakojo tėvams (Dvorin,

2016).

- 25 % aukų teigia, kad nedarė nieko dėl patyčių internete (Patchin ir Hinduja, 2006).
- Daugiau nei pusė elektroninių patyčių aukų nepraneša apie tai tėvams, nes jaučiasi bejėgiai, pažeminti ir bijo būti atstumti.
- 60 % kinų jaunuolių teigė, kad yra patyrę patyčias internete.
- 67 % Japonijos vidurinių mokyklų mokinių nukentėjo nuo elektroninių patyčių.
- 0,3 % Korėjos vaikų ir paauglių patyrė patyčias internete.

### Patyčios ir nusikalstamumas

Savo straipsnyje Baldry ir Farrington (2000) nustatė:

- Patyčios ir nusikalstamumas buvo **dažnesni tarp berniukų nei mergaičių**.
- Patyčių mastas nesiskyrė pagal amžių, bet **su amžiumi daugėjo nusikalstamumo**.
- Patyčios ir nusikalstamumas buvo ypač susiję su berniukais ir vyresnio amžiaus mokiniais.
- Smurtautojai buvo jaunesni, o nusikaltėliai – vyresni, tai rodo, kad patyčios gali būti ankstyva vystymosi stadija, vedanti į nusikalstamumą.
- Smurtautojai ir nusikaltėliai turėjo skirtingas auklėjimo patirtis: smurtautojai turėjo autoritarinius tėvus ir nesutarė su jais, o nusikaltėliai turėjo konfliktiškus ir mažai besirūpinančius tėvus.

### Liudininkų vaidmuo

- Daugiau nei 40 % vaikų patyrė patyčias internete, o 90 % paauglių, mačiusių patyčias socialiniuose tinkluose, sako, kad jas ignoravo.
- Daugiau nei pusė elektroninių patyčių aukų nepraneša apie įvykius tėvams, nes jaučiasi bejėgiai, pažeminti ir bijo būti atstumti.

**Stebėtojo efektas** yra sociopsichologinė teorija, teigianti, kad pašalinis asmuo rečiau teiks pagalbą, kai šalia yra kitų žmonių, o ne jis vienas. Terminas „stebėtojo efektas“ reiškia, kad kuo didesnė minia, tuo mažesnė tikimybė, kad žmonės padės nelaimės ištiktam žmogui. Jei yra mažai nelaimės liudininkų, jie bus labiau linkę veikti ir padėti.

Ši teorija aiškinama ir socialiniu požiūriu: kai pašalinis žmogus ketina įsikišti, jis analizuoja situaciją ir intervencijos padarinius. Pasak Latané ir Darley, prieš padėdamas kitam, stebėtojas pereina penkių žingsnių sprendimų priėmimo procesą. Jis turi išanalizuoti situaciją, pastebėti, kad kažkas negerai, klasifikuoti situaciją kaip ekstremalią, nustatyti, ar jis yra asmeniškai atsakingas už įsikišimą, nuspręsti, kaip padėti, ir galiausiai atlikti pasirinktą pagalbos veiksmą. Kai stebėtojas nepastebi, neapibrėžia, nenustato, nepasirenka ir neatlieka, jo elgesys nėra pagalbus.

Tačiau dažnai teigiama, kad stebėtojai yra abejingi, nurodant tokias priežastis kaip keršto baimė (Macháčková et al., 2013), mažas atsakomybės jausmas, menkas pilietiškumas (Runions ir Bak, 2015) ir sumažėjusi empatija (Van Cleemput et al, 2014).



### Apmąstykite

1. Kas yra elektroninių patyčių liudininkas?
2. Kas yra *stebėtojo efektas*?
3. Kokios yra tipiško internetinio smurtautojo savybės?

## II skyrius. Atpažinti elektronines patyčias

*Šio skyriaus tikslas – supažindinti pedagogus su įvairiais elektroninių patyčių požymiais, kad jie galėtų atpažinti tuos, kuriems gresia pavojus. Jame taip pat daug dėmesio skiriama patyčių internete skirtumams pagal amžiaus grupes (pradinėje, vidurinėje mokykloje) ir lytį. Paskutinėje skyriaus dalyje pedagogams pateikiama naudingos informacijos apie rizikos veiksnius tapti internetinių patyčių auka ar stebėtoju. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstyty savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.*



### Apšilimas

Pažiūrėkite į paveikslėlį, kuriame pavaizduota susirūpinusi mergina, laikanti mobilųjį telefoną, ir mama arba mokytoja, neteisingai interpretuojanti situaciją.



- Kas čia blogai?
- Ar tikrai žinome, ką vaikai sako vienas kitam?

## 2.1. Elektroninių patyčių požymiai: kai mokinys patiria patyčias internete



Asmenys, turintys žemą savikontrolę, buvo labiau linkę į asocialų elgesį tada, kai jų bendraamžiai elgdavosi asocialiai (Kuhn ir Laird, 2013). Panašiai Kowalski ir kt. (2019) parodė, kad jei bendraamžiai užsiima patyčiomis elektroninėje erdvėje, kiti taip pat labiau linkę į jas įsitraukti. Tokie pat rezultatai buvo gauti tiriant įvairaus amžiaus grupes – nuo pradinės mokyklos mokinių iki studentų.

Guo (2016) taip pat patvirtino, kad bendravimas su deviantiniu ar smurtaujančiu bendraamžiu didina tikimybę tapti žmogumi, kuris užsiima elektroninėmis patyčiomis.

Pastebėti patyčių internete požymius gali būti sunku, nes technologijos gali padaryti šį veiksmą nematomą. Yra keletas bendrų elgesio požymių, į kuriuos turėtumėte atkreipti dėmesį, o jei juos pastebėsite, bandykite pradėti dialogą su vaiku, kad įsitikintumėte, jog jam viskas gerai. Sukluskite, jeigu vaikas:

- atrodo nusiminęs po to, kai naudojosi internetu,
- staiga atrodo prislėgtas,
- atrodo, kad atsiriboja nuo draugų ar šeimos,
- slapta naudojasi telefonu ar internetu,
- neramus eina į mokyklą arba socialinius susibūrimus,
- skundžiasi galvos, pilvo skausmais arba pakitusiu apetitu,
- sunkiai užmiega naktį,
- prarado susidomėjimą pomėgiais,
- stengiasi vengti mokyklos arba popamokinių veiklų,
- užsimena apie savęs žalojimą ar bandymą nusižudyti.

Bandura (1978) atskleidė, kad žmonės gali stebėti ir atkartoti kitų elgesį. Taigi anksčiau pastebėtas elgesys, pvz., elektroninės arba tradicinės patyčios, didina motyvaciją imti tyčiotis elektroninėje erdvėje, šitaip mokantis ir atkuriant kitų elgesį.

### Ženkla, įspėjantys, kad vaikas tyčiojasi iš kitų:

- greitai perjungia interneto puslapius arba paslepia savo išmanųjį įrenginį, kai prisiartinate;
- naudoja išmanųjį (-iuosius) įrenginį (-ius) naktį;
- nejprastai susierzina, jei negali naudotis įrenginiu (-iais);
- per daug juokiasi naudodamas įrenginį (-ius) ir nerodo, kas taip juokinga;
- vengia kalbėti apie tai, ką veikia internete;
- atrodo, kad naudoja kelias internetines paskyras arba paskyrą, kuri nepriklauso jam;
- turi problemų dėl elgesio mokykloje arba kitur;
- atrodo pernelyg susirūpinęs populiarumu arba priklausymu tam tikram socialiniam ratui;
- reiškia nejautrumą kitų paauglių atžvilgiu;
- pradeda bendrauti su netinkamais žmonėmis;
- rodo polinkį į smurtą;
- atrodo pernelyg pasipūtęs dėl naudojimosi IKT gebėjimų;
- vis labiau atsiriboja nuo šeimos;
- atrodo, kad kai kurios draugų / bendraamžių / kolegų grupės atstumia jį;
- išreiškia niekinamą požiūrį į elektroninių patyčių aukas.



#### Apmąstykite

1. Kaip žinoti, kad vaikas tyčiojasi iš kitų?
2. Kaip žinoti, kad iš vaiko tyčiojamasi?

## 2.2. Elektroninių patyčių skirtumai pagal amžiaus grupes (pradinėje, vidurinėje mokykloje) ir lytį



#### Sužinokite

### Amžius

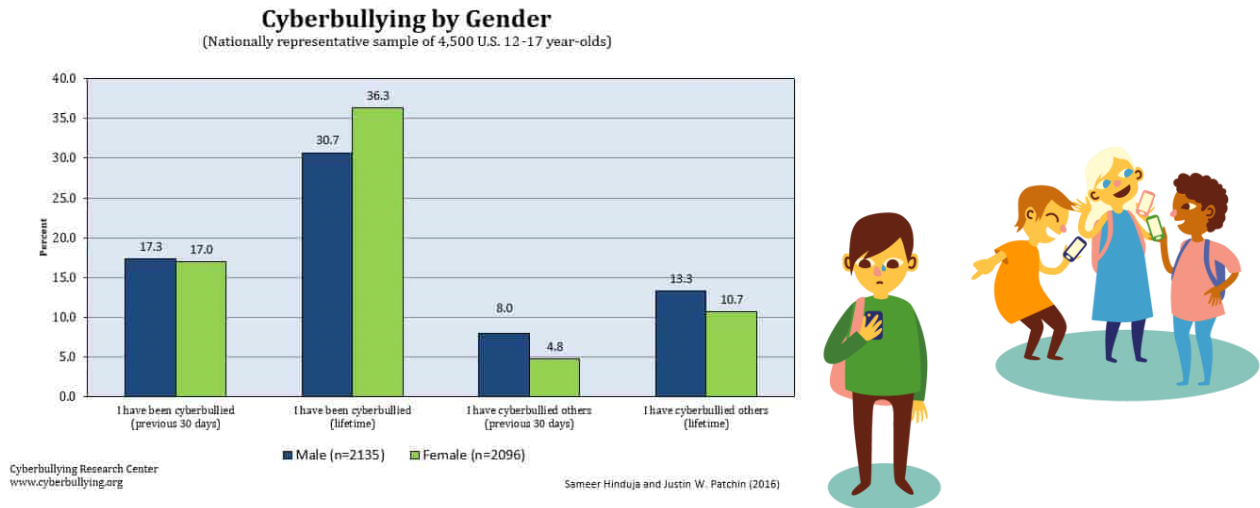
Palyginus tradicinių ir elektroninių patyčių tyrimų duomenis matyti, kad vaikai vis dar žymiai dažniau susiduria su tradicinėmis patyčiomis. Iki 2008 m. 93 % 12–17 metų amžiaus jaunuolių naudojami internetu. Tiesą sakant, jaunimas daugiau laiko praleidžia su medijomis, nei užsiima bet kokia kita veikla, išskyrus miegą.

- Vaikai – tradicinės patyčios
- Paaugliai – elektroninės patyčios

Blomqvist ir kt. (2020) teigia, kad vyresnio amžiaus paaugliai rečiau atskleidžia susidūrimus su patyčiomis, palyginti su jaunesniais paaugliais, nes pirmiesiems reikia didesnės autonomijos.

Pagalbos suvokimas atskleidus faktą apie elektronines patyčias gali skirtis priklausomai nuo atskleidimo tikslo, nes nors paauglystėje draugai ir bendraamžiai tampa svarbesni paramos šaltiniai (Nickerson ir Nagle, 2005), jie ne visada laikomi galinčiais padėti susidoroti su patyčiomis internete (Holfeld ir Grabe, 2012).

## Lytis



Tyrimai rodo, kad, kalbant apie tradicinės patyčias, berniukai yra labiau linkę tapti aukomis. O elektroninių patyčių tyrimų rezultatai rodo, kad lytis neturi reikšmės. Tačiau yra tyrimų, rodančių, kad 60 % smurtaujančių internete yra mergaitės.

Tarp pagrindinių ir vidurinių mokyklų moksleivių 21 % mergaičių teigia, kad patyrė patyčias internete arba telefoninėmis žinutėmis, o berniukų – mažiau nei 7 %.

Remiantis nauja Nacionalinio nusikaltimų viktimizacijos tyrimo ataskaita, mergaitės apie elektronines patyčias praneša apie 3 kartus dažniau nei berniukai.

- Berniukai – tradicinės patyčios (fizinis smurtas)
- Mergaitės – elektroninės patyčios

Pagal išmaniojo įrenginio arba socialinių tinklų tipus atliktų tyrimų rezultatai parodė, kad mergaitės patyrė elektronines patyčias el. paštu, internetinėmis ir trumposiomis žinutėmis, o berniukai patyčias dažniau patiria per internetinius žaidimus.

## Mokyklų tipai

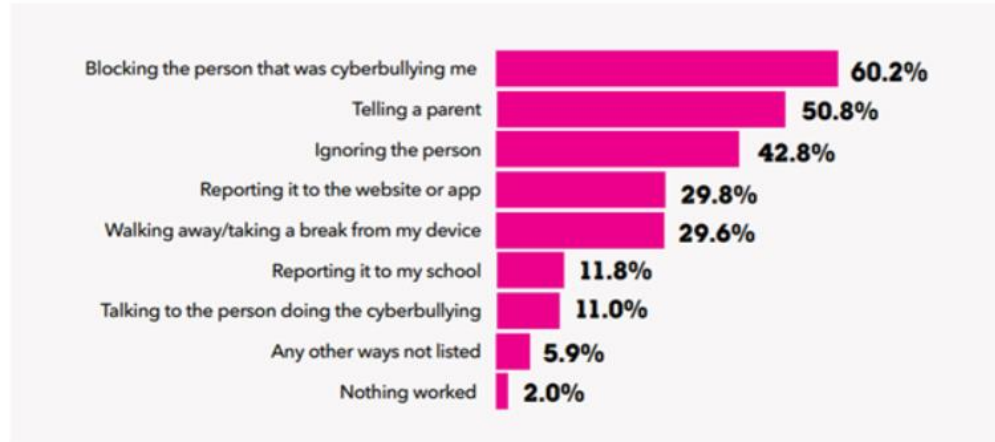
Tyrimai atskleidė, kad pagal mokyklų tipus yra didelis skirtumas tarp mokinių, pranešusių apie patyčias internete, skaičius:

- pradinės mokyklos (33 %),
- pagrindinės mokyklos (24 %),
- vidurinės mokyklos (18 %).

Mergaitėms ir 7–10 klasių mokiniams labiausiai gresia patirti elektronines patyčias (Kowalski et al., 2014).

### STOPPING CYBERBULLYING

PERCENT OF 9- TO 12-YEAR-OLDS WHO WERE CYBERBULLIED (n=150) WHO SAY THEY STOPPED CYBERBULLYING BY:



(Chart taken from *Tween cyberbullying in 2020*)



#### Apmąstykite

1. Kokie statistiniai duomenys jus labiausiai nustebino? Kodėl?
2. Ką remdamiesi savo patirtimi galite pasakyti apie elektroninių patyčių skirtumus pagal amžių (pradinėje, vidurinėje mokykloje) ir lytį?

### 2.3. Rizikos veiksniai tapti elektroninių patyčių auka, smurtautoju arba liudininku



#### Sužinokite

Patyčios elektroninėje erdvėje yra labai didelė problema, turinti įtakos ne tik aukoms, bet ir jų šeimų nariams, smurtautojams ir liudininkams. Tačiau elektroninės patyčios labiausiai žaloja auką, nes ji patiria daugybę emocinių problemų, kurios turi įtakos socialiniai veiklai, akademiniam pasiekimams ir bendrai psichinei sveikatai.

Kaip mokytojai ir tėvai patys galbūt niekada nepatyrėte elektroninių patyčių, todėl gali būti sunku suprasti, kaip kai kurie žodžiai kompiuterio ekrane gali traumuoti. Juk patyčios visada buvo mokyklos ir žaidimų aikštelės dalis. Galbūt matėte arba patyrėte patyčias, kai mokėtės mokykloje? Galbūt jaučiate, kad patyčios yra tik įprasta mokyklos gyvenimo dalis?

Be to, galbūt manote, kad patyčios akis į akį yra daug skaudesnės nei elektroninės, nes realaus pasaulio patyčių aukoms sunkiau pabėgti nuo smurtautojo, o elektroninių patyčių auka gali tiesiog išjungti kompiuterį arba užblokuoti socialiniuose tinkluose besityčiojantį asmenį.

Deja, tai ne taip paprasta. Nors negalime sumenkinti realaus pasaulio patyčių padarinių, virtualiame pasaulyje pasekmės iš tikrųjų gali būti daug blogesnės.

### **Poveikis gyvenimui**

Kai patyčios vyksta internete, gali atrodyti, kad jus puola visur, net ir namuose. Gali atrodyti, kad nėra pabėgimo. Poveikis gali trukti ilgai ir paveikti žmogų įvairiais būdais:

- Psichiškai – gali jaustis nusiminęs, sugniuždytas, kvailas, net piktas.
- Emociškai – gali jausti gėdą arba prarasti susidomėjimą mėgstamais dalykais.
- Fiziškai – gali jaustis pavargęs, blogai miegoti, jausti pilvo arba galvos skausmus.

Jausmas, kad kiti šaiposi arba priekabiauja, gali trukdyti žmonėms kalbėti ir bandyti spręsti problemą. Iš pradžių pokyčiai gali būti nepastebimi, tačiau laikui bėgant galite pastebėti vieną ar kelis iš šių elgesio pokyčių, kurie gali būti patyčių internete požymiai:

- depresija,
- elgesio problemos,
- į savižudybę linkęs elgesys,
- mažas pasitenkinimas gyvenimu (Geel, Vedder ir Tanilon, 2014; Mehari ir Farrell, 2018; Zaborskis et al., 2018),
- prasta sveikata ir mažas pasitenkinimas gyvenimu (Callaghan et al. 2015),
- problemos plėtojant socialinius santykius,
- žema savigarba,
- didelis nerimas,
- vieatvė,
- psichosomatiniai reiškiniai (streso ir emocijų sutrimo raiška per kūno negalavimus),
- liūdesys,
- baimė,
- psichozė,
- prasti akademiniai pasiekimai,
- daug streso,
- potrauminio streso sutrikimas,
- kraštutiniais atvejais elektroninės patyčios gali privesti prie savižudybės.

Ryšys tarp patyčių ir savižudybių yra gerai žinomas. Patyčios ne visada yra pagrindinis problemos šaltinis. Dėl iššūkių namuose ar ankstesnės traumos vaiką jau gali kamuoti neviltis ir nerimas. Kita vertus, neseniai atlikto tyrimo duomenimis, elektroninių patyčių aukos du kartus dažniau bando nusižudyti arba susižaloti. Remiantis naujausiais duomenimis, 59 % amerikiečių paauglių patyrė patyčias arba priekabiavimą internete, o daugiau nei 90 % mano, kad tai yra didelė problema jų amžiaus vaikams. Dar didesnę rūpestį kelia tai, kad tyrimai rodo, jog nuo 2008 m. paauglių bandymų nusižudyti beveik padvigubėjo.

### **Pavojus žaloti save**

- Savęs žalojimo rizika buvo penkis kartus didesnė tiems, iš kurių tyčiojamosi, ir tris kartus didesnė tiems, kurie tyčiojasi, palyginti su tais, kurie nei tyčiojasi, nei patiria patyčias.
- Savęs žalojimo rizika susidūrus su patyčiomis buvo žymiai didesnė merginoms nei vaikinams.



- Depresija, nerimas ir konfliktai tarp tėvų lemia tam tikrą ryšį tarp patyčių ir savęs žalojimo.
- Elgesio problemos mokykloje lemia tam tikrą ryšį tarp smurtautojų ir savęs žalojimo bei patyčių aukų ir savęs žalojimo.
- Ryšį tarp tyčiojimosi ir savęs žalojimo ženkliai sumažino tėvų parama ir mokyklos gerovė, o ryšį tarp patyčių aukų ir savęs žalojimo – mokyklos gerovė. Žinoma, ne visi elektronines patyčias patiriantys paaugliai žaloja save.

**Elektroninių patyčių pasekmės** taip pat apima psichinės sveikatos problemas: padidėjusį stresą ir nerimą, depresiją, smurtinį elgesį ir žemą savigarbą. Patyčios gali sukelti ilgalaikį emocinį poveikį, net jei jos baigėsi. Šie elektroninių patyčių padariniai gali paskatinti ilgalaikį gėdos jausmą. Atrodo, kad elektroninės patyčios niekada nesibaigs, ypač kai jos vykdomos per socialinių tinklų įrašus, kurie ne iš karto išnyksta. Tai gali sukelti didžiulę kančią.

Elgesio ir psichikos pokyčiai nėra vieninteliai elektroninių patyčių padariniai. Poveikis gali būti ir fizinis. Intensyvus streso ir nerimo jausmas dėl elektroninių patyčių gali sukelti fizinių problemų, tokių kaip nemiga, virškinimo trakto sutrikimai, gali susiformuoti žalingi valgymo įpročiai.

Kita elektroninių patyčių pasekmė yra ta, kad aukas gali atstumti tie, kurie bijo, kad ir iš jų pradės tyčiotis, jeigu šie toliau draugaus su auka. Dėl to auka tampa atstumta, o mokykloje ar namuose nėra j ką kreiptis. Nenuostabu, kad vienas iš elektroninių patyčių padarinių yra pyktis. Emocijos, kurias jaučia auka, dažnai perauga į pyktį. Kai kurie vaikai net gali pradėti kurti keršto planus. Tą įrodo mokykloje pasitaikantys šaudymai ir kiti agresijos išpuoliai, kuriuos atliko patyčių nebeįstovė mokiniai.

Kerštas yra būdas vaikui atgauti galios jausmą, nes elektroninių patyčių aukos dažnai jaučiasi bejėgės sustabdyti tai, kas vyksta.

### **Kodėl aukos vengia pasisakyti apie elektronines patyčias?**

Atskleidimas nėra tolygu kreipimuisi pagalbos. Kai kurie vaikai ir paaugliai gali atskleisti savo patirtį, tačiau pagalbos nesikreipia.

Elektronines patyčias patyrę paaugliai gali nuspręsti, kiek naudingi žmonės, kuriems jie galėtų pasisakyti, bus, sužinoję apie patyčias.

Blomqvist ir kt. (2020), Buhmester ir Prager (1995) teigia, kad atsižvelgti į tai, kam pasipasakoti, svarbu dėl trijų priežasčių. Pirmą, socialinės paramos ir paslaugų lygis, kurį galima pasiūlyti, gali skirtis priklausomai nuo žmogaus, kuriam pasisakoma, todėl tai gali turėti įtakos apsisprendžiant, kas suteiks geriausią paramą. Antra, egzistuoja tam tikros normos, susijusios su atskleidimo galimybėmis. Trečia, ankstesnė patirtis su žmogumi, kuriam ketinama pasipasakoti, teikia informacijos apie tai, kaip informacija apie elektronines patyčias bus priimta. Panašiai Matsunaga (2010) teigia, kad atsižvelgti į žmogų, kuriam ketinama pasisakyti, būtina dėl unikalios santykių dinamikos. Pasisakymas bendraamžiams nuo pasisakymo tėvams arba mokytojams skirsis susirūpinimo laipsniu.

### **Kodėl paaugliai nepasisako?**

1. Paaugliai gali bandyti patys susitvarkyti su elektroninėmis patyčiomis.
2. Jie nerimauja dėl suaugusiųjų reakcijos.

3. Paaugliai gali neatskleisti elektroninių patyčių fakto norėdami apsaugoti save ir kitus (baiminasi, kad jiems paviešinus savo patirtį, informacija bus nekontroliuojama).
4. Paaugliai neatskleidžia, kad iš jų tyčiojama, nes patyčias jie suvokia kaip normalų elgesį, tad nėra reikalo aplinkiniams apie tai žinoti.

Yra **keturios galimos priežastys**, kodėl elektronines patyčias patiriantys žmonės neatskleidžia savo patirties.

**Pirma**, kaip ir tradicinių patyčių atveju (deLara, 2012), paaugliai gali bandyti patys su jomis dorotis. Vienas iš pavyzdžių, kai bandoma tvarkytis su elektroninėmis patyčiomis, yra tas, kad paaugliai, kurie yra patyčių aukos, gali patys pradėti tyčiotis, kad atkeršytų (König, Gollwitzer ir Steffgen, 2010).

**Antra**, tyrimuose, kuriuose pagrindinis dėmesys skiriamas patyčių neatskleidimo priežastims, kaip viena iš galimų priežasčių įvardijamas rūpestis dėl suaugusiųjų reakcijos (deLara, 2012). Nerimaujama, kad pasisakę, praras prisijungimo galimybes. Kitaip tariant, paaugliai, kurie daug laiko praleidžia naudodamiesi skaitmeninėmis technologijomis, gali bijoti prarasti prieigą prie jų, jei pasisakys apie elektronines patyčias (Mishna, Saini ir Solomon, 2009).

**Trečia**, paaugliai gali neatskleisti, kad jie patiria patyčias, norėdami apsaugoti save ir kitus. Baiminasi, kad jiems paviešinus savo patirtį, informacija bus nekontroliuojama arba pasirodys besą negalintys susitvarkyti su problemomis patys. O kalbant apie norą apsaugoti kitus, paaugliai gali neatskleisti savo patirties, nes nerimauja dėl poveikio, kurį toks poelgis galėtų turėti kitiems (Matsunaga, 2010).

**Galiausiai**, tyrimų, kuriuose analizuotas patyčių akis į akį atskleidimas, rezultatai rodo, kad paaugliai patyčias suvokia kaip normalų elgesį, tad aplinkiniams nereikia apie tai žinoti (deLara, 2012).

*(Betts LR, Spenser KA, Baguley T. Describing disclosure of cybervictimization in adolescents from the United Kingdom: the role of age, gender, involvement in cyberbullying, and time spent online. The Journal of Genetic Psychology. 2022 Jan 2;183(1):40-53)*

## MOKYTOJAI

Tyrimė, kurį atliko Jacobs ir kt. (2015), aukos, dalyvavusios šešiose skirtingose tikslinėse grupėse, **kreipėsi į mokytojus, tačiau nurodė, kad tai nebuvo naudinga, nes mokytojai nieko dėl to nedarė**. O smurtautojui tai suteikė tik **dar didesnės galios** prieš savo auką.



## KĄ DARYTI?

**NUTILDYTI** – ištrinti pranešimus iš savo laiko juostos, nebesekti ir užblokuoti smurtautojo paskyrą.

**BLOKUOTI** – neleisti tam tikrų paskyrų savininkams su jumis susisiekti, matyti jūsų įrašus ir jūsų sekti.

**PRANEŠTI** – pranešti apie žeidžiantį elgesį.

2016 m. rugsėjį Izraelio vyriausybė pradėjo kovos su elektroninėmis patyčiomis programą, siekdama apsaugoti Izraelio jaunimą nuo patyčių internete ir kitų elektroninių nusikaltimų (įskaitant įsilaužimą, tapatybės vagystę ir kt.). Inicijatyvai vadovauja Valstybės saugumo ministerija, be to, 24 valandas per parą, 7 dienas per savaitę veikia pagalbos centras, kuriame yra specialiai tam skirti policijos padaliniai ir numatytas metinis biudžetas (Eichner, 2016).

Izraelio švietimo ministerijos edukacinėse programose, skirtose padėti pedagogams susidoroti su elektroninėmis patyčiomis, **rekomenduojama padėti – ne stovėti šalia, o pranešti ir dalytis** neigiama patirtimi su kitais.

Paaugliai teigia **bijantys pranešti tėvams ir kitiems suaugusiesiems apie elektroninių patyčių atvejus**; jie tvirtino, kad verčiau kreiptųsi į draugus, nes su jais apie šias problemas kalbėti lengviau.

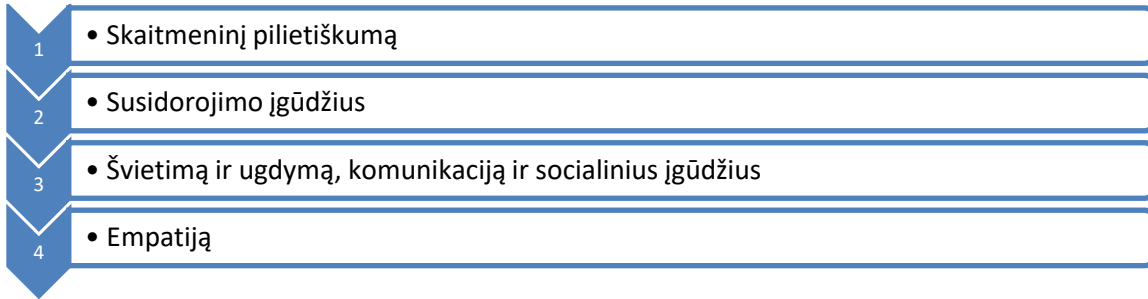
Priklausomai nuo situacijos sunkumo, yra **keletas būdų, kaip galime padėti** vaikui dorotis keblioje ir nepatogioje situacijoje:

- 1 • **Kreipkitės į tėvus.** Jie gali nežinoti, ką daro jų vaikas, ir gali padėti išspręsti problemą.
- 2 • **Informuokite mokytojus.** Jūsų vaiko mokytojai gali būti neįkainojamas šaltinis, padedantis jums ir vaikui.
- 3 • **Susisiekite su mokyklos konsultantu ir (arba) administracija**

Nors Boulton ir kt. (2011) pasisako už tai, kad vaikas atskleistų, kad iš jo tyčiojamasi, naujausi tyrimai rodo, kad **svarbu apsvarstyti, su kuo šia informacija pasidalyti.**

Nors patyčių atskleidimas laikomas efektyvia įveikos strategija (Matsunaga, 2010), moksliniais tyrimais nustatyti skirtingi rezultatai, susiję su ankstesne patyčių patirtimi ir polinkiu atskleisti esamas patyčias. Pavyzdžiui, kai kurie tyrimai rodo, kad elektronines patyčias patyrę jaunuoliai mažiau linkę jas atskleisti (Gustainienė ir Valiune, 2015), o kitų tyrimų rezultatai rodo, kad patyčioms kartojantis labiau tikėtina, kad apie jas bus pranešta (Addington, 2013). **Tyrimų apie patyčias akis į akį rezultatai rodo, kad vaikai, kurie patyrė tokio tipo patyčias ir apie jas informavo, teigė, kad tai buvo tinkamiausia strategija patyčioms mažinti** (Hunter, Boyle ir Warden, 2004), **geriausias būdas jaustis geriau ir atkeršyti priekabiautojui** (Dowling ir Carey, 2013).

**Kovojant su elektroninėmis patyčiomis, dėmesys turi būti sutelktas į:**



Paaugliams, kurie nepasisako apie patiriamas elektronines patyčias, pasiūlyti būdų, kaip su tuo tvarkytis patiems.

Svarbu atsižvelgti į ankstesnių atskleidimo atvejų sėkmę, nes mokytojų parama, gauta pranešus apie patyčias, lėmė, kad ir ateityje mokiniai apie tai pasisakydavo (Boulton et al., 2012).



#### **Apmąstykite**

1. Kokie yra elektroninių patyčių padariniai?
2. Kokios yra keturios galimos priežastys, kodėl elektronines patyčias patyrę asmenys neatskleidžia savo patirties?

## III skyrius. Elektroninių patyčių prevencijos ir sustabdymo strategijos

*Šio skyriaus tikslas – supažindinti pedagogus su įvairiomis intervencijos strategijomis, siekiant užkirsti kelią patyčioms elektroninėje erdvėje ir jas sustabdyti. Jame taip pat daug dėmesio skiriama mokyklos kovos su patyčiomis elektroninėje erdvėje politikos kūrimui ir įgyvendinimui, pateikiami geriausios praktikos pavyzdžiais pedagogams. Paskutinėje skyriaus dalyje pateikiama naudingos informacijos apie tai, kaip mokyklose sukurti kultūrą prieš patyčias elektroninėje erdvėje, plėtojant teigiamus mokytojų ir mokinių santykius (pažinimas, grįžtamasis ryšys, pagarba) ir skatinant tinkamą elgesį. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius. Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.*



### Apšilimas

Zarai 11 metų. Ji mėgsta leisti laiką socialiniuose tinkluose. Vieną dieną naršydama ji gavo tokią žinutę: „Sveika, mieloji. Aš esu tavo mamos draugė, teta Marija. Labai pasiilgau tavo mamos. Seniai matėmės. Ar galėtum man duoti savo namų adresą ir mamos telefono numerį?“

Klausimas: Kaip Zara gali reaguoti šioje situacijoje?

Klausimas: Kaip ji gali išsisukti iš šios keblios padėties?

Klausimas: Jei Zara suprato, kokia tai problema, kaip ji galėtų pasakyti savo šeimai?

Klausimas: Ką tokioje situacijoje turėtų daryti šeima?

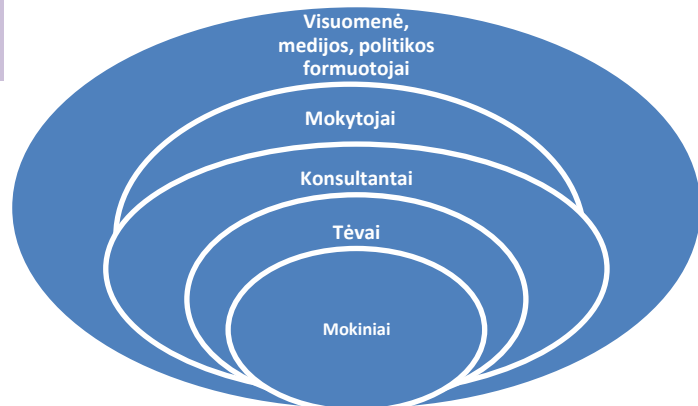
Klausimas: Jei Zara negali papasakoti apie tai savo šeimai ir pasakė tik mokytojui, kaip ji turėtų reaguoti?

### 3.1. Intervencijos strategijos



#### Sužinokite

Tai, ką galima padaryti siekiant sumažinti patyčias elektroninėje erdvėje ir užkirsti joms kelią švietimo įstaigose, aptariama remiantis **ekologinės sistemos požiūriu**, pradedant mokiniams ir baigiant medijomis bei visuomene. Priemonės, kurių galima imtis, vertinamos pagal 5 aspektus.



### Ką gali padaryti mokiniai?

a) **technologinės priemonės** – patarkite mokiniams, kaip elgtis su technologinėmis priemonėmis:

- nesidalyti savo telefono numeriu ir kita asmenine informacija su nepažįstamais žmonėmis;
- su niekuo nesidalyti savo slaptažodžiais;
- jei reikia, pasikeisti telefono numerį; slaptažodžius, susikurti naujas socialinių tinklų paskuras ir vartotojo vardus;
- blokuoti telefono skambučius ir žinutes nuo trikdančių žmonių, ištrinti jų telefono numerius arba nebeskti jų paskyrų socialiniuose tinkluose;
- nereaguoti į grasinančius pranešimus ir saugoti juos kaip įrodymus;
- nebendrauti su nepažįstamais žmonėmis internete, neįtraukti jų į draugų sąrašą.



b) **konfrontacinis atsakas** – patarkite mokiniams nesivelti į patyčias nei akis į akį, nei internete.

Kartais mokiniai gali nesuvokti, kad jų elgesys yra žeidžiantis kitą žmogų. Dažniausiai rekomenduojamas būdas tvarkytis su patyčiomis – dalytis patirtimi su suaugusiuoju, kuriuo vaikas pasitiki, pavyzdžiui, mama, tėčiu, mokytoju ir prašyti jų paramos (Topçu, Erdur-Baker ir Çapa-Aydin, 2008). Norint, kad susidūrus su patyčiomis vaikui galėtų padėti bendraamžiai, gali tekti stiprinti mokinių santykius mokykloje.

Kitas būdas, kaip mokiniai gali dorotis su patyčiomis internete – nekreipti dėmesio ir kontroliuoti savo emocijas (Perren et al., 2012). Rekomenduojama nekreipti dėmesio į elektronines patyčias ir jas ignoruoti. Daugeliu atvejų, kai į elektronines patyčias nekreipiamas dėmesys, smurtautojas gali prarasti susidomėjimą tokia veikla ir nustoti tyčiotis (Machackova et al., 2013). Patarkite mokiniams pirmiausia pagalvoti, o tada nuspręsti, kaip elgtis, kai iš jų tyčiojasi. Nereikėtų kerštauti ir atsakinėti į gaunamas žinutes.



### Ką gali padaryti tėvai?

Kai kada elektroninės patyčios vyksta ne pamokų valandomis, o kai vaikai būna namuose, prižiūrimi tėvų (Kowalski, Limber ir Agaston, 2008; Tanrikulu ir Campbell, 2015). Jiems tenka didelė atsakomybė, siekiant užkirsti kelią patyčioms internete. Todėl informacijos apie tai, kas yra elektroninės patyčios ir kaip tėvai gali apsaugoti savo vaikus nuo jų, poreikis yra gyvybiškai svarbus. Tėvai turi įgyti technologinio raštingumo įgūdžių ir išmokti apsaugoti vaikus nuo pavojų skaitmeniniame pasaulyje (Basturk-Akca, Sayimer, Balaban-Tuesday ir Ergun-Basak, 2014). Siekdami sumažinti kartų skirtumus, tėvai turėtų sužinoti apie patyčias internete ir lavinti technologinio raštingumo įgūdžius.

Espelage ir Hong (2017) teigia, kad tėvai turėtų:

- nustatyti laiką, kada vaikai naudojami technologijomis (kompiuteriu, išmaniuoju telefonu ir pan.), kad apsaugotų juos nuo patyčių internete;
- stebėti, kaip vaikai naudojami technologijomis;
- pasikalbėti su vaikais apie saugumą ir privatumą internete;
- pasikalbėti su vaikais apie patyčias internete, jų rūšis ir kaip nuo jų apsisaugoti.

Mokyklos turi organizuoti kursus ir seminarus tėvams, kad sukurtų veiksmingą kovos su patyčiomis internete metodą. **Kursai tėvams apie patyčias elektroninėje erdvėje** didina jų informuotumą apie šią problemą ir palaiko jų aktyvų dalyvavimą procese, todėl mažėja patyčių internete atvejų (Farrington ir Ttofi, 2009). Jei tėvai nori apie tai sužinoti, jie gali susisiekti su savo vaikų mokyklos administracija, mokytojais ir konsultantais ir paprašyti mokymų. Kartais universitetai ar nevyriausybinės organizacijos rengia mokymo kursus ir seminarus bendruomenėms. Gali būti naudinga juose sudalyvauti. Be to, norėdami gauti daugiau informacijos, tėvai gali savarankiškai **skaityti šia tema parengtus vadovus arba ieškoti internete.**

Nepakaks vien stebėti, kaip vaikai naudojami technologijomis (Liau, Khoo ir Ang, 2008). Šiuo atžvilgiu dar vienas dalykas, kurį tėvai turėtų apsvarstyti, yra tai, kaip jie bendrauja su savo vaikais. Tėvai turi kurti kokybiškus santykius, pagrįstus pasitikėjimu; vaikai turi jaustis išgirsti, suprasti, kad jais rūpinamasi.

Kai tėvai sužino, kad vaikai patiria patyčias internete, turėtų **įsitraukti ir palaikyti juos.** Reikėtų įsijausti į vaikų išgyvenimus ir jausmus; jie turėtų jaustis suprasti ir įtraukti į sprendimo paiešką.

Be to, tėvai turėtų pranešti apie tai mokyklai ir gauti paramos, ką būtų galima daryti (Beale ir Hall, 2007).

- Pasakykite vaikui, kad pastebėjote, jog jis jaučiasi arba elgiasi kitaip, ir norėtumėte padėti.
- Pasakykite, kad nepyksite ant jo ir neuždrausite naudotis išmaniaisiais įrenginiais (uždraudus vaikas gali pasijusti vienišesnis ir atstumtas).
- Pasakykite, kad jis neturėtų pats bandyti dorotis su sudėtingomis problemomis ir kad yra gerai su kuo nors pasikalbėti.
- Klausykite vaiko neteisdam; paklauskite, kaip jis jaučiasi, ir parodykite, kad suprantate, kodėl tai, ką jis išgyvena, slegia.
- Pasakykite, kad yra būdų, kaip kovoti su elektroninėmis patyčiomis.
- Padėkite jiems apie tai pranešti.
- Padėkite atnaujinti socialinių tinklų nustatymus ir paskyras, kad vaikas galėtų valdyti, kurie žmonės gali su juo susisiekti ir matyti tai, ką jis daro.
- Paskatinkite vaiką pasikalbėti su psichologu.



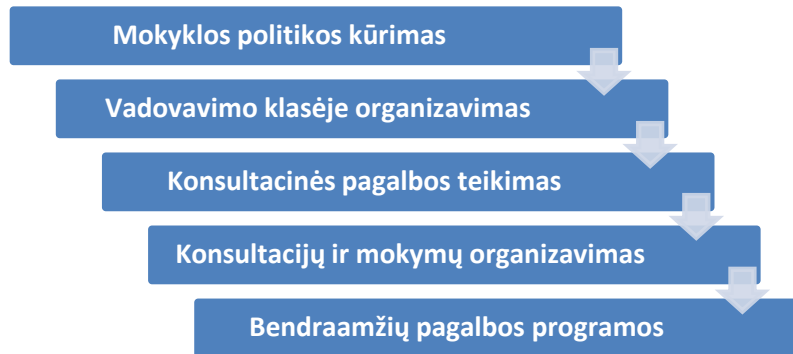
### **Ką gali padaryti mokyklos konsultantai?**

Mokyklų konsultantai atlieka aktyvesnį vaidmenį nei mokytojai. Jie teikia pagalbą, kad sumažintų ir pašalintų dalykus, kurie kenkia mokinių vystymuisi, pavyzdžiui, elektronines patyčias (Bauman, Rigby ir Hoppa 2008).

Vykdydami **išsamias konsultavimo programas**, jie gali padėti mokiniams suvokti patyčių reiškinį ir išmokyti su jomis dorotis per:

- visapusiškas konsultavimo programas,
- klasės ir mokyklos veiklas,
- individualaus planavimo ir intervencijos paslaugas,
- individualias ir grupines psichologines konsultacijas,
- bendraamžių pagalbos programas,
- konsultacijas ir kt.

Strategijos, kuriomis mokyklų konsultantai vadovaujasi, gali būti taikomos 5 kontekstuose:



### Ką gali padaryti pedagogai?

- **Nustatyti aiškias taisykles, susijusias su elektroninėmis patyčiomis.** Tarp pagrindinių pedagogų pareigų ir atsakomybių yra saugios ugdymo aplinkos kūrimas ir vaikų apsauga nuo visų smurto formų. Kalbant apie patyčias elektroninėje erdvėje, mokytojas pirmiausia turi įsitikinti, kad mokiniai tiek mokykloje, tiek namuose technologijas naudoja saugiai ir nekenkia aplinkiniams.
- **Sukurti teigiamą mokyklos klimatą.** Sheras ir Bradshaw (2016) teigimu, pirmenybė turėtų būti teikiama pozityvaus mokyklos klimato kūrimo būdams, o ne baudžiamiesiems metodams. Tačiau kai kuriais atvejais elektroninės patyčios gali virsti nusikalstamu elementu ir pareikalauti bendradarbiavimo su teisės saugos institucijomis (Hinduja ir Patchin, 2014).
- **Dalyvauti mokymuose apie patyčias elektroninėje erdvėje, saugų technologijų naudojimą, kaip apie patyčias kalbėti su mokiniais ir kaip spręsti šią problemą.** Labai svarbu, kiek kompetentingi jaučiasi pedagogai kovoje su elektroninėmis patyčiomis. Štai kodėl mokyklų administratoriai ir mokytojai turėtų būti mokomi apie patyčias elektroninėje erdvėje, saugų technologijų naudojimą ir veiksmingą bendravimą su mokiniais. Pedagogams gali būti teikiama įvairi medžiaga (pavyzdžiui, paveikslėliai, filmai, lankstinukai, straipsniai) (Jager et al., 2010). Vienas iš klausimų, kurį turėtų apsvarstyti pedagogai, yra, kaip skatinti mokinius pranešti apie elektronines patyčias (Kowalski et al., 2008). Mokytojai turėtų atsižvelgti į tai, kad mokiniai gali teikti pirmenybę tėvams. Pedagogai turėtų palaikyti mokinius ir jiems padėti.
- **Įtraukti mokinius siekiant sumažinti ir užkirsti kelią patyčioms internete.** Visų pirma, mokiniai gali būti mokomi per bendraamžių konsultavimo arba ugdymo programas. Tokias mokymo programas gali parengti ir vykdyti mokyklų konsultantai. Bendraamžiai konsultantai arba pedagogai gali informuoti mokinius apie elektronines patyčias ir kaip atsakingai ir sąmoningai naudoti technologijas. Reikėtų pabrėžti, kad elektroninės patyčios nėra tinkamas elgesys ir niekada nebus toleruojamos (Hinduja ir Patchin, 2014). Mokytojai gali didinti mokinių informuotumą apie šį reiškinį per konsultacijas, kursus, vaizdo įrašus, plakatus, socialinių klubų veiklą.

### Ką gali padaryti visuomenė, medijos ir politikos formuotojai?

Nors elektroninės patyčios yra problema, kuri turi įtakos mokiniams, tėvams, pedagogams ir mokyklų konsultantams, visuomenė, medijos ir politikos formuotojai yra taip pat atsakingi už patyčių sustabdymą (Topçu-Uzer ir Tanrikulu, 2018). Visų pirma, reikia stiprinti **skaitmeninį raštingumą, siekiant užtikrinti, kad žmonės gebėtų internetu naudotis saugiai, sąmoningai ir veiksmingai, reikia šviesti visuomenę**



**patyčių klausimu** (Çubukçu ir Bayzan, 2013). Aktyvi mokymo ir informavimo veikla gali padidinti socialinį sąmoningumą apie elektronines patyčias ir ugdyti socialinį jautrumą šiai problemai.

Sąmoninga ir jautri visuomenė aktyviau dalyvaus patyčių mažinimo ir prevencijos procese bei ragins politikos formuotojus imtis teisinių ir prevencinių priemonių.

Svarbu, kaip spaudoje ir žiniasklaidoje kalbama apie elektronines patyčias ir kaip visuomenė yra apie tai informuojama. Reikėtų pateikti tikslią informaciją, pabrėžiant, kad patyčios elektroninėje erdvėje yra daugialypė problema, todėl kovojant su jomis turėtų būti taikomas holistinis požiūris.

Kita pareiga, kurią turėtų prisiimti medijos, yra **remti visuomenės švietimą technologijų ir medijų naudojimo raštingumo klausimais**.

Su tuo susijusiam edukaciniam ir informaciniam turiniui galima būtų skirti daugiau vietos žiniasklaidoje. Atkreiptinas dėmesys, kad šis turinys turėtų būti įvertintas pedagoginiu požiūriu.



 **Atvejo analizės**

Atvejo analizė	Džekas
<b>Dalyviai</b>	Berniukas ir tėvai
<b>Trumpas situacijos aprašymas</b>	Džekui 12 metų. Jam patinka leisti laiką su virtualios realybės akiniais. Vieną dieną naršydamas internete jis pamatė, kad jam patikusių VR akinių kaina labai gera. Svetainės pranešimų skiltyje jis iškart parašė, kad nori įsigyti virtualios realybės akinius. Jo buvo paprašyta pasakyti savo adresą. Jis to nepadarė. Berniukas iš karto išjungė kompiuterį. Apie šį įvykį jis pasakė dėdei, o šis patarė jam pasikalbėti su klasės auklėtoja mokykloje.
<b>Klausimai</b>	Ką Džekas padarė šioje situacijoje? Kas galėjo nutikti Džekui, jei jis nebūtų supratęs, kad tai buvo pasikėsinimas į asmeninę informaciją? Suvaidinkite situaciją.
<b>Intervencija</b>	Pasikalbėkite su mokiniais apie tai, kokia informacija jie dalijasi internete. Daugelis paslaugas internete teikiančių įmonių reikalauja, kad vartotojai pateiktų tam tikrą asmeninę informaciją norėdami naudotis jų paslaugomis. Prieš pateikdami asmeninę informaciją, mokiniai turėtų pagalvoti, ką kiti gali su ja padaryti, ir įvertinti, ar tikrai nori ją atskleisti. Paprašykite mokinių pagalvoti, kas galėtų nutikti, jei jie pasidalytų savo asmenine informacija internete. Tapatybės vagystės ir sukčiavimas yra tik keletas didesnių problemų, su kuriomis jie gali susidurti. Paklauskite mokinių, kaip jie galėtų apsaugoti savo asmeninę informaciją, ir ar gali atskleisti finansinius duomenis būdami tokio amžiaus. Paprašykite pagalvoti, ką darytų, jei su jais internete susisiektų nepažįstamas asmuo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasikalbėkite su tėvais arba suaugusiuoju, kuriuo pasitikite, ir nuspręskite, ką daryti toliau.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praneškite apie netinkamas žinutes socialinio tinklo, žaidimo ar mobiliosios programėlės kūrėjams.</li> </ul>
--	--

<b>Atvejo analizė</b>	<b>Helena</b>
<b>Dalyviai</b>	Mokinė, tėvai, mokytojai
<b>Trumpas situacijos aprašymas</b>	Buvau elektroninių patyčių auka. Keturi vaikai siuntinėdavo man piktas žinutes. Jie pravardžiudavo mane ir sakydavo, kad niekas manęs nemyli. Akivaizdu, kad tai mane labai skaudino. Iš karto pasikalbėjau su mama. Nukopijavome pokalbį ir nunešėme į mokyklą. Mokyklos personalas veikė greitai, pasakojo mums apie elektronines patyčias ir jų pasekmes. Mano mokytoja pasakė, ką daryti tokiomis aplinkybėmis. Ji primygtinai reikalavo, kad apie tokius incidentus papasakotume suaugusiajam.
<b>Klausimai</b>	Ką Helena padarė šioje situacijoje? Ar tai buvo geras sprendimas? Suvaidinkite situaciją
<b>Intervencija</b>	<p>Pasikalbėkite su mokiniais apie elektronines patyčias, jų rūšis, kaip nuo jų apsisaugoti ir kaip tokiais atvejais reaguoti. Aptarkite, ką mokiniai turėtų daryti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nesipriešinkite!</li> <li>• Nesiuntinėkite įžeidžiančių žinučių.</li> <li>• Praneškite apie tai ir rinkite įrodymus.</li> <li>• Sužinokite, kaip užblokuoti asmenį, kuris tyčiojasi.</li> <li>• Pasikalbėkite su žmogumi, kuriuo pasitikite.</li> </ul>

<b>Atvejo analizė</b>	<b>Mari</b>
<b>Dalyviai</b>	Mergaitė, bendraamžiai, mokytojai
<b>Trumpas situacijos aprašymas</b>	Internete pamačiau ką, kas man nepatiko. Jaučiausi dėl to nejaukiai. Iš karto išjungiau kompiuterį, bet jaučiausi labai kalta. Kitą dieną pasikalbėjau apie tai su drauge ir abi papasakojome mokytojai. Ji pasakė, kad tai ne mano kaltė ir tai, ką padariau, buvo teisinga: išjungti kompiuterį ir pasakyti suaugusiajam. Klasėje kalbėjome apie šį įvykį.
<b>Klausimai</b>	Ką Mari padarė šioje situacijoje? Kodėl ji jautėsi kalta?
<b>Intervencija</b>	<p>Mokytojai norėjo žinoti daugiau apie tai, kaip mokiniai naudojami socialiniais tinklais. Vienas iš mokytojų vadovavo mokinių tyrimo grupei, kuri parašė tiriamąjį darbą šia tema: atliko visų mokinių apklausą ir išsiaiškino, kokius socialinius tinklus mokiniai naudoja. Taip pat buvo kalbama apie elektroninių patyčių rūšis, kaip apsisaugoti ir kaip tokiais atvejais reaguoti. Paprašykite mokinių prisiminti situaciją, kai juos nuliūdino tai, ką pamatė internete. Svarbu rasti žmogų, kuris išklausytų, kaip jie jaučiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• šeimos narį, pavyzdžiui, vieną iš tėvų, tetą, dėdę, vyresnį brolių ar seserį,</li> <li>• trenerį ar muzikos mokytoją,</li> <li>• draugo mamą,</li> <li>• mylimiausią mokytoją,</li> <li>• kaimyną.</li> </ul> <p><i>Suvaidinkite situaciją.</i></p>



### Apmąstykite

1. Ką gali padaryti mokyklos darbuotojai, mokytojai, susidūrę su elektroninėmis patyčiomis?
2. Ar jūs, kaip mokytojas, kada nors susidūrėte su elektroninėmis patyčiomis? Pasidalykite savo patirtimi su kolegomis.

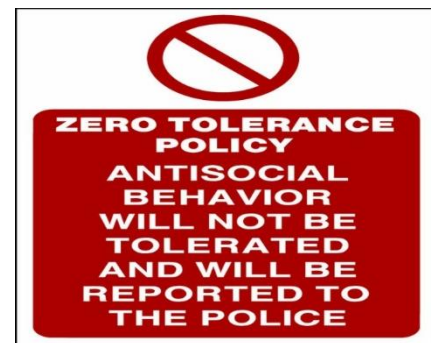
## 3.2. Kovos su elektroninėmis patyčiomis mokyklos politika – veiksmai, kurių reikia imtis mokykloje, siekiant užkirsti kelią elektroninėms patyčioms



### Sužinokite

#### Mokyklos kovos su elektroninėmis patyčiomis politikos kūrimas.

Stipri kovos su patyčiomis politika grindžiama bendra mokyklos strategija, kurioje išryškėja elektroninių patyčių problema, o mokykla pateikia aiškias gaires, kaip elgtis su patyčiomis elektroninėje erdvėje. Visos mokyklos bendruomenės įtraukimas į politikos kūrimą ir peržiūrą sukuria atsakomybės jausmą, didina supratimą apie kiekvieno vaidmenį palaikant saugią aplinką. Su vaikais reikėtų konsultuotis įvairiais kanalais, pavyzdžiui, per mokyklos mokinių tarybą.



**Mokyklos kovos su elektroninėmis patyčiomis politikoje** turėtų būti numatyti šie pagrindiniai elementai:

- Teiginys, prieštaraujantis elektroninėms patyčioms, susietas su mokyklos vertybėmis.
- Elektroninių patyčių apibrėžimas – bendras supratimas apie tai, kas yra patyčios elektroninėje erdvėje. Dėl apibrėžimo turėtų susitarti mokiniai, darbuotojai, tėvai ir globėjai, ir jis turi atitikti valstybės požiūrį. Tai yra esminė sėkmingų kovos su elektroninėmis patyčiomis dalis, nes taip užtikrinama, kad įsitrauks visa mokyklos bendruomenė.
- Sistema, užtikrinanti, kad visi darbuotojai, tėvai ir mokiniai būtų informuoti apie politiką ir procedūras, taip pat suteikti galimybę visiems darbuotojams, tėvams ir mokiniams visapusiškai suprasti elektroninių patyčių keliamus iššūkius.
- Informacija apie elektronines patyčias turėtų būti prieinama mokinių amžių atitinkančiais formatais ir kalba.
- Aiškiai apibrėžtos darbuotojų ir tėvų bei globėjų pareigos.
- Strategijos, kurios prisideda prie teigiamos aplinkos kūrimo ir susiejamos su teigiamo elgesio politika.

- Naudokite mokymo programą, kad skatintumėte mokinių asmeninį tobulėjimą ir pasiekimus, kad plėstumėte jų patirtį ir ugdytumėte keturis dalykus – sėkmingus besimokančiuosius, savimi pasitikinčius žmones, atsakingus piliečius ir veiksmingus pagalbininkus.
- Mokyklos politikoje turėtų būti aiškiai nurodyta, kaip pranešti apie patyčių atvejus, ir pateikiamos aiškios gairės dėl persiuntimo procedūrų, pranešimo ir registravimo, kuriomis turėtų vadovautis mokyklos personalas, mokiniai ir tėvai bei globėjai.
- Į mokyklos politiką turėtų būti įtrauktas sutartas požiūris į incidentus, įskaitant gaires, kaip išklausti vaikus, patiriančius patyčias elektroninėje erdvėje, liudininkus ir tuos, kurie tyčiojasi.
- Mokyklos politika turėtų užtikrinti, kad vaikai žinotų, kaip ir kur gali gauti pagalbos.
- Mokyklos politika turėtų įtraukti tėvus – aiškiai nurodykite, kaip ir kada su jais bus susisiepta.
- Registravimas ir stebėjimas – paskirkite žmogų, atsakingą už incidentų stebėjimą ir politikos koordinavimą (įskaitant politikos peržiūrą).

Turėtų būti sukurta **politika, skirta apsaugoti darbuotojus ir vaikus nuo priekabiavimo ir prievartos**, kuri gali atsirasti netinkamai naudojant informacines technologijas. Priimtino naudojimo taisyklės visada buvo nukreiptos į elgesio internete valdymą. Pastaruoju metu skaitmeniniame pasaulyje skatinama teigiama sąveika ir elgesys. Pedagogų vaidmuo yra labai svarbus mokant jaunus žmones būti skaitmeniniais piliečiais.

Pagrindiniai skaitmeninio pilietiškumo principai, turintys įtakos mobiliųjų įrenginių naudojimui mokykloje, yra šie:

- skaitmeninis etiketas (elgesio standartai naudojant mobiliuosius įrenginius);
- skaitmeninės teisės ir pareigos (ką žmonės gali daryti, jei jaučiasi nepatogiai bendraudami internetu, ir kaip pranešti apie netinkamą naudojimą);
- skaitmeninė sauga (atsargumo priemonės, kurių galima imtis siekiant užtikrinti skaitmeninę saugą).

**Pagrindinės temos**, kurios gali sudaryti visos mokyklos bendruomenės diskusijų ir įtraukimo į politiką sistemą:

- Nurodymai, kaip apriboti asmeninių mobiliųjų telefonų naudojimą mokyklos teritorijoje, per socialinius renginius mokykloje ir mokyklos išvykose, pavyzdžiui, pamokos metu mobilieji telefonai turi būti išjungti ir padėti į šalį.
- Aiškios taisyklės, kaip tinkamai naudoti mobiliuosius įrenginius mokymuisi ir mokymui.
- Pabrėžiamas vaikų ir personalo poreikis saugiai ir atsakingai naudotis mobiliaisiais įrenginiais už mokymo(si) veiklos ribų.
- Aiškios gairės apie privatumo išsaugojimo svarbą, įskaitant nurodymus, kad kameros ir vaizdo įrašų funkcijos neturi būti naudojamos be vaikų / personalo sutikimo ir specialaus mokyklos administracijos leidimo.
- Aiškios gairės, kad nuotraukos arba vaizdo įrašai neturėtų būti keliami į socialinius tinklus ar kitas svetaines be aiškaus sutikimo.
- Sutartos netinkamo mobiliojo telefono naudojimo pasekmės, kurios yra įtrauktos į mokyklos elgesio valdymo politiką ir procedūras.
- Aiški mobiliųjų įrenginių paėmimo ir grąžinimo tvarka.
- Aiškiai apibrėžtos procedūros, kaip pranešti apie patyčias mokykloje, taip pat kaip gauti pagalbos mokykloje patyčias patiriantiems darbuotojams ir mokiniams.
- Apsvarstykite aplinkybes, kada specialiųjų poreikių vaikai gali naudotis mobiliaisiais telefonais.

- Aiškiai nurodyta atsakomybė už asmeninius mobiliuosius įrenginius vagystės, praradimo ar sugadinimo atveju.
- Metodų, kuriais apie politiką bus pranešama mokiniams, tėvams ir darbuotojams, įvairovė, pvz., mokyklos internetinėje svetainėje ar atskirame mokyklos leidinyje.

Politika turi būti reguliariai peržiūrima, siekiant užtikrinti, kad nauji darbuotojai, tėvai ir vaikai būtų įsipareigoję jos laikytis ir neatsilikti nuo technologijų pažangos.



### Gerosios praktikos pavyzdžiai

<b>Pavadinimas</b>	<b>Politika prieš elektronines patyčias – Çag koledžas (mokymo įstaiga buvo apdovanojama e. saugos ženklu)</b>
<b>Šalis</b>	Turkija
<b>Dalyviai</b>	Mokiniai, personalas, tėvai
<b>Interneto nuoroda</b>	<a href="http://www.cag.k12.tr/tr/kolejde-yasam-eguvenlik">http://www.cag.k12.tr/tr/kolejde-yasam-eguvenlik</a>
<b>Trumpas aprašymas</b>	Ši politika prieš elektronines patyčias sėkmingai taikoma Turkijos mokykloje. Joje aiškiai nurodoma, ko siekiama: kelti švietimo standartus, apsaugoti mokinius, tėvus, mokytojus ir kitus darbuotojus ir saugiai plėtoti 21 amžiaus žinias bei įgūdžius. Dokumente aprašomos su šiuo klausimu susijusios mokytojų, mokinių ir tėvų pareigos. Jame taip pat nurodomi žingsniai, kurių reikia imtis, siekiant užtikrinti saugų bendravimą internete ir asmeninių išmaniųjų prietaisų naudojimą mokykloje. Taip pat nurodoma, kad mokiniai, mokytojai ir tėvai privalo dalyvauti seminaruose apie elektronines patyčias, kuriuos kasmet atnaujina ir organizuoja mokykla.
<b>Kodėl tai veikia?</b>	Dokumente pateikiama konkreti ir naudinga mokyklos politikos prieš elektronines patyčias sistema.

<b>Pavadinimas</b>	<b>Elektroninių patyčių politika – Šv. Jono koledžas</b>
<b>Šalis</b>	JK
<b>Dalyviai</b>	Mokiniai, personalas, tėvai
<b>Interneto nuoroda</b>	<a href="https://www.sjcs.co.uk/sites/default/files/styles/Policies/SJCS%20Cyberbullying%20Policy.pdf">https://www.sjcs.co.uk/sites/default/files/styles/Policies/SJCS%20Cyberbullying%20Policy.pdf</a>
<b>Trumpas aprašymas</b>	Ši politika prieš elektronines patyčias sėkmingai taikoma Jungtinės Karalystės mokykloje. Joje aiškiai pateikiamas elektroninių patyčių apibrėžimas ir rūšys. Dokumente taip pat nurodoma mokyklos kovos su patyčiomis elektroninėje erdvėje misija: elektroninės patyčios niekada nėra priimtinos, o mokykla visiškai pripažįsta pareigą apsaugoti savo narius ir užtikrinti saugią ir sveiką aplinką visiems. Dokumente aprašomi pagrindinių asmenų vaidmenys ir atsakomybė.
<b>Kodėl tai veikia?</b>	Dokumente pateikiamos konkrečios ir naudingos gairės darbuotojams, vaikams ir tėvams.
<b>Pavadinimas</b>	<b>Kovos su (elektroninėmis) patyčiomis politika – Bedfordo mokykla</b>
<b>Šalis</b>	JK

<b>Dalyviai</b>	Mokiniai, mokytojai, specialistai
<b>Interneto nuoroda</b>	<a href="https://www.bedfordschool.org.uk/wp-content/uploads/2021/03/BS014-10a-Anti-Bullying-and-Anti-Cyberbullying-Policy.pdf">https://www.bedfordschool.org.uk/wp-content/uploads/2021/03/BS014-10a-Anti-Bullying-and-Anti-Cyberbullying-Policy.pdf</a>
<b>Trumpas aprašymas</b>	Dokumente pateikiamas aiškus elektroninių patyčių apibrėžimas ir rūšys. Jame aprašomi dalyvių vaidmenys ir pareigos, pateikiamos konkrečios ir naudingos gairės darbuotojams, vaikams ir tėvams bei aprašomos mokyklos procedūros susidūrus su patyčiomis.
<b>Kodėl tai veikia?</b>	Teikia mokiniams naudingų patarimų, konsultacijų ir paramos.



### Apmąstykite


1. Kodėl visa mokyklos bendruomenė turėtų įsitraukti į kovos su elektroninėmis patyčiomis politikos kūrimą ir peržiūrą?
2. Ar jūsų mokykloje taikoma kovos su elektroninėmis patyčiomis politika? Kas ją rengė? Kaip tai padėjo sukurti pozityvią aplinką mokykloje?

### 3.3. Kovos su elektroninėmis patyčiomis kultūros kūrimas. Teigiamų mokytojo ir mokinių santykių puoselėjimas (pažinimas, grįžtamasis ryšys, pagarba). Prosocialaus elgesio skatinimas

#### Apšilimas

Perskaitykite žemiau pateiktą citatą. Ar sutinkate, kad labai svarbu sukurti stiprią mokyklos bendruomenę kaip pirmąjį žingsnį kuriant kovos su elektroninėmis patyčiomis kultūrą? O kaip atsakytumėte į žemiau esantį klausimą – kaip galime sukurti pagarba paremtą kultūrą skaitmeniniame pasaulyje?

*How can we create a culture of respect  
in a cyber world?*

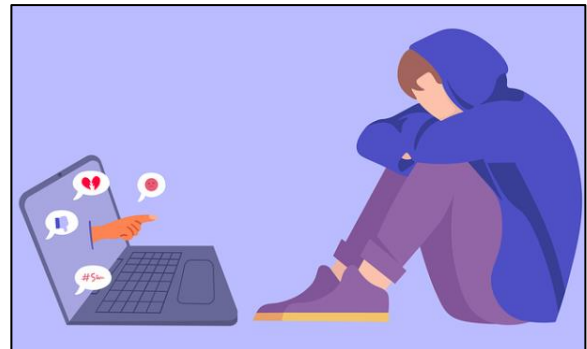


*The key to preventing and dealing with bullying  
– as well as protecting victims from self-exclusion –  
is having a strong school community*

#### Sužinokite

Vienintelis būdas (elektroninėms) patyčioms įveikti yra priimti ir griežtai įgyvendinti kovos su patyčiomis kultūrą. Tačiau, kad atsirastų antipatyčių kultūra, būtina visapusiškai ir plačiai suvokti (elektronines) patyčias ir jų pasekmes.

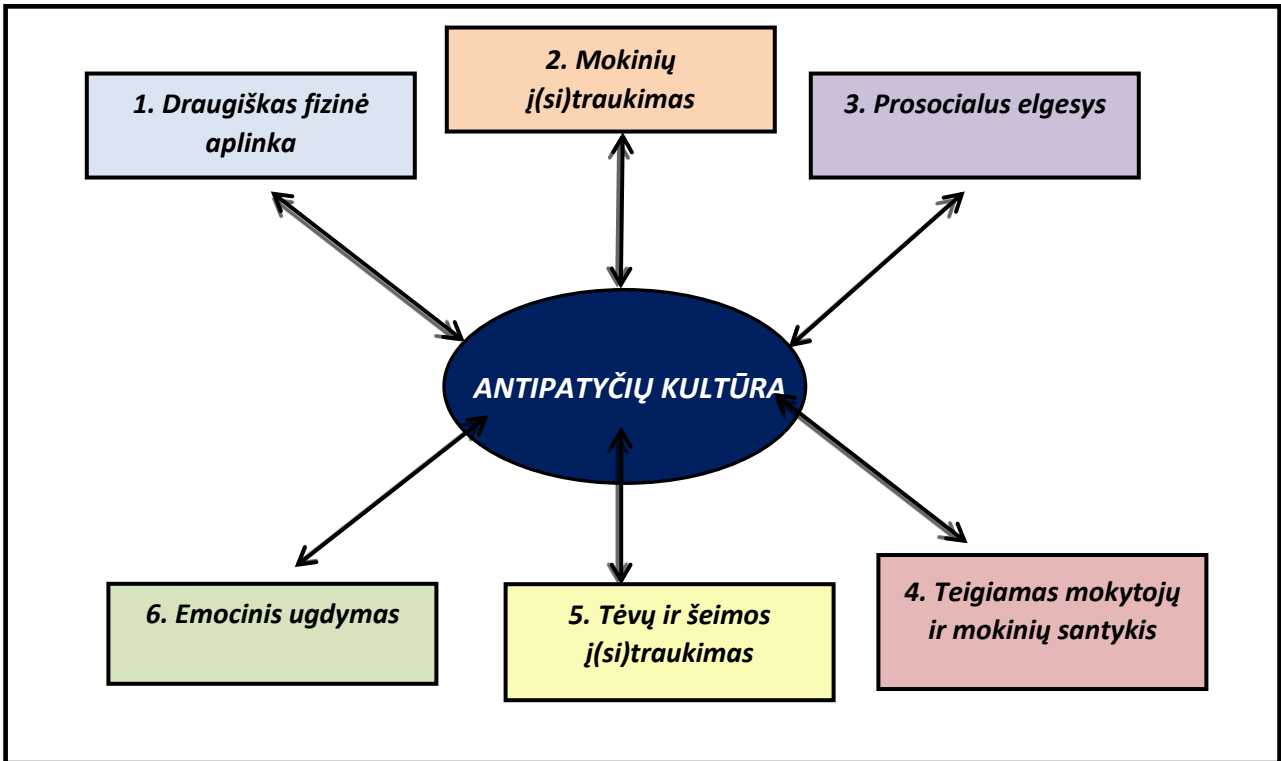
(Elektroninių) patyčių kultūra apibrėžiama kaip žalingos praktikos priėmimas, palaikymas arba tęsimas. Patyčių kultūrą skatina ir tai, kaip žmonės jas suvokia ir kaip į jas reaguoja. Pavyzdžiui, kai kurie žmonės tebemaną, kad (elektroninės) patyčios nėra svarbios arba kad jos „tiesiog nutinka“. Kiti arba užsiima (elektroninėmis) patyčiomis, arba jas mato, bet niekam apie tai nepraneša, nes bijo arba turi kitų priežasčių. Kiekvienas iš šių suvokimų prisideda prie (elektroninių) patyčių kultūros, o abejingumas yra galingiausias jas skatinantis veiksnys.



Kalbant apie (elektronines) patyčias, atrodo, kad šviesa tunelio gale yra. Vis daugiau žmonių stoja į kovą su jomis ir ragina kitus daryti tą patį.

Mokytojai ir mokyklų darbuotojai mokomi apie tai vis daugiau. Mokyklų bendruomenės pradeda suprasti, kaip svarbu plėtoti teigiamą mokytojo ir mokinio santykį ir skatinti prosocialų elgesį.

Labai svarbu pripažinti, kad tylą, apatiją ir abejingumą yra vieni svarbiausių patyčias skatinančių veiksnių. Kiekvieną kartą, kai kas nors atsistoja ir pasmerkia (elektronines) patyčias, žengiamas žingsnis arčiau to, kad jos taptų praeitimi.



### Apmąstykite

Pažvelkite į aukščiau esančius užrašus. Kuris, jūsų nuomone, yra svarbiausias kuriant antipatyčių kultūrą? Kodėl? Ką mano jūsų mokiniai?

### Draugiška fizinė aplinka

Atsižvelgiant į tai, kad daugiau nei šeštadalis Europos gyventojų, įskaitant kelis milijonus vaikų, didžiąją laiko dalį praleidžia valstybinėse mokyklose, fizinė aplinka, kur jie dirba, mokosi ir žaidžia, yra labai svarbi, norint sukurti sveiką atmosferą, kuri pagerina mokymąsi ir sveikatą. Mokyklinio amžiaus vaikus ir jaunimą veikia jų aplinka. Turėtume užtikrinti, kad visose mokyklinio amžiaus vaikams skirtose mokymosi erdvėse jie jaustųsi laukiami, saugūs ir pasiruošę mokytis. Tyrimų rezultatai rodo, kad kokybiška aplinka gali pagerinti vaikų socialinius įgūdžius, mokymosi motyvaciją, akademinius pasiekimus ir netgi sumažinti nutukimo lygį. Todėl mokyklos turėtų investuoti į modernias patalpas ir padaryti aplinką kuo draugiškesnę ir svetingesnę.

### Mokinių į(si)traukimas

Teigiamas mokyklos klimatas skatina mokinius imtis iniciatyvos, ugdo savarankiškumą ir leidžia jiems dalyvauti esminiuose sprendimų priėmimo procesuose. Norint efektyviai plėtoti sveiką mokyklos aplinką, reikia nuoseklių ir kryptingų pastangų įtraukti mokinius formuojant mokyklos kultūrą. Kai jiems leidžiama dalyvauti priimančios mokyklos sprendimus, gerėja savivarba ir lyderystės gebėjimai, taip pat padidėja



tikimybė, kad priimtų taisyklių bus sėkmingai laikomasi. Mokinių balso įtraukimas į sprendimų priėmimą gali prasidėti klasėje, o vėliau – mokykloje. Pedagogai turėtų pasiūlyti kelis būdus, kaip sukurti sąlygas, kad mokinių balsas būtų išgirstas: grįžtamojo ryšio anketos, apklausos, fokus grupės, nuotraukos, klubai ir pan., taip pat įvairios dalyvavimo formos su įvairiais būdais mokiniams dalytis savo patirtimi. Tai gali būti prašymas, kad mokiniai surengtų fotografijų parodą, parašytų apsakymų arba sukurtų eilėraščių, įgyvendintų pačių parengtą projektą ir pristatytų rezultatus, pasisakytų mokyklos taryboje, dalyvautų klasės / mokyklos / regiono diskusijose, teiktų atsiliepimus apie mokyklos politiką, strategijas ir kt.

### Prosocialus elgesys

Gero žodžio pasakymas klasės draugui, kitų mokinių jausmų gerbimas, dalijimasis knygomis, patarimų davimas bei patyčių aukos apsauga – tai tik keli prosocialaus elgesio pavyzdžiai, galintys pagerinti mokinių socialinį ir akademinį gyvenimą. Kadangi vaikai elgesio neišmoksta vakuume, pedagogai, politikai ir mokslininkai vis labiau pabrėžia mokyklos vaidmenį padedant jiems ugdyti socialiai tinkamus gebėjimus. Teigiama veikla, kuri naudinga kitiems, skatinama empatijos, moralinių principų ir asmeninės atsakomybės jausmo, o ne siekio pasipelnyti, vadinama prosocialiu elgesiu. Remiantis vaikų raidos tyrimais, mokyklos programos, skirtos socialiniams įgūdžiams lavinti ir modeliuoti, yra vienos sėkmingiausių mokyklų strategijų, skatinančių prosocialų elgesį.

### Teigiamas mokytojų ir mokinių santykis

Įtraukdami mokinius, užmegzdami santykius, kontroliuodami klasę, būdami teigiamu prosocialaus elgesio pavyzdžiu ir vykdydami mokyklos taisykles, mokytojai atlieka gyvybiškai svarbų vaidmenį kuriant palankią atmosferą. Mokytojai nustato klasės toną; mokytojai, labiau nei mokiniai, yra svarbiausias mokyklos išteklius kovojant su elektroninėmis patyčiomis. Kai mokytojai sugeba užmegzti tvirtus santykius su sunkiai ugdomais ir elgesio problemų turinčiais mokiniais, tie mokiniai labiau linkę įsitraukti į mokyklos veiklas ir elgtis mažiau argesyviai.



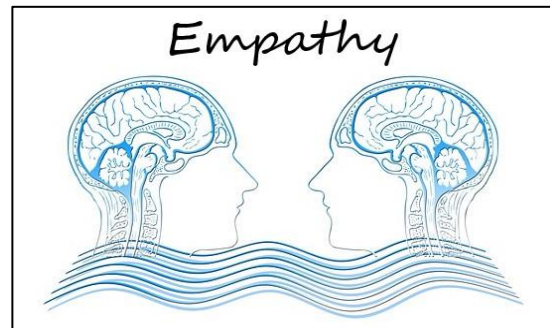
### Tėvų ir šeimos į(si)traukimas

Stipri kovos su elektroninėmis patyčiomis kultūra plėtojama ne tik klasėje. Tėvų ir šeimos į(si)traukimas į mokyklos gyvenimą turi didelę įtaką mokinių socialinei ir akademiniai sėkmei bei gerai sveikatai. Retesnis pamokų praleidinėjimas, mažiau drausminių pastabų dėl elgesio ir geresni socialiniai įgūdžiai gali atsirasti dėl veiksmingo tėvų ir šeimos įtraukimo į mokyklos gyvenimą.

### Emocinis ugdymas

Mokymo programos, skirtos ugdyti mokinių emocinį sąmoningumą, įtraukimas į visą ugdymo procesą mokykloje yra labai svarbus dėl kelių priežasčių. Visų pirma, emocijų pažinimas ir valdymas yra labai svarbūs psichologinei pusiausvyrai ir psichofizinei gerovei. Empatijos ugdymas galėtų paskatinti prosocialų elgesį, taip skatinant integraciją ir psichologinę gerovę.

Todėl mokyti atpažinti jausmus ir juos valdyti yra svarbus kelias, padedantis geriau suprasti save ir kitus. Šių gebėjimų ugdymas gali vykti per vaidmenų žaidimus, kurie leidžia apmąstyti ir smurtautojo, ir aukos, ir liudininko emocijas, tokio elgesio priežastis ir pasekmės.



„Kiekvieną kartą, kai žmogus suvokia savo vidinę būseną, jis geriau pažįsta save, nes turi galimybę susisiekti su pačia intymiausia savo dalimi. Savo ir kitų dvasios būsenos apmąstymas leidžia ugdyti empatinius gebėjimus, o tai reiškia gebėti įsijausti į kito situaciją ir pajauti tai, ką jaučia jis.“ (Bonino S., Lo Coco A., Tani F., 1998)



### Gerosios praktikos pavyzdys

Pasirinkome pateikti gerosios praktikos pavyzdį, kuriame pasakojama apie Italijos vidurinėje mokykloje įgyvendintą iniciatyvą. Tai gali būti laikoma gerosios praktikos pavyzdžiu, susijusiu su šiame skyriuje nagrinėjama tema, tiek dėl priimtose veiksmingos metodikos, tiek dėl užsibrėžtų tikslų, pabrėžiant teigiamo mokytojų ir mokinių santykio bei emocinio ugdymo svarbą. Šitaip siekiama stiprinti jaunų žmonių empatiją ir socialinius įgūdžius, kad būtų išvengta (elektroninių) patyčių.

<b>Gerosios praktikos pavyzdys</b>	<b>Projektas ITIS/LS „G. Giorgi“: (Elektroninių) patyčių prevencija</b>
<b>Šalis</b>	Italija
<b>Tikslinė grupė</b>	Pradinių ir vidurinių mokyklų mokiniai, mokytojai, tėvai, švietimo darbuotojai
<b>Projekto pradžia</b>	2016–2017 mokslo metai

<p><b>Trumpas aprašymas</b></p>	<p>Siekdamas užkirsti kelią (elektroninėms) patyčioms, mokyklos personalas norėjo sužinoti apie šio reiškinio paplitimą, todėl paprašė mokinius ir mokytojus užpildyti specialiai šiam tikslui paruoštas anketas. Kitas žingsnis buvo sukurti komandas, kurias sudarė trys mokytojai ir du mokiniai. Įgiję atitinkamų žinių ir įgūdžių, kiekvienoje klasėje suformavo grupę iš mokytojų, tėvų ir mokinių atstovų. Šių mokymų poreikis atsirado dėl poreikio kiekvienoje klasėje turėti daugiau atstovų, atliekančių skirtingus vaidmenis – tėvą, mokytoją ir mokinį – kurie galėtų stebėti kasdienį gyvenimą iš skirtingų perspektyvų ir pranešti apie incidentus, kurie galėtų sukelti elektronines patyčias. Šie atstovai, sužinoję apie tokius įvykius, turi apie tai informuoti išorės ekspertą (mokyklos psichologą), kuris parenka ir įgyvendina tinkamiausią intervencijos būdą (asmeninis susitikimas su auka, asmeninis susitikimas su smurtautoju, visos klasės susitikimas ir kt.), siekiant kurti teigiamą aplinką mokykloje, bet, svarbiausia, ugdyti visų dalyvaujančiųjų emocinius gebėjimus, kurie yra būtini norint užmegzti ir palaikyti teigiamą santykį su kitu. Pagrindinis būdas užkirsti kelią (elektroninėms) patyčioms yra stiprinti mokinių socialinius įgūdžius ir emocinį sąmoningumą.</p>
<p><b>Tikslai</b></p>	<p>Projekto tikslai susiję su gebėjimu ugdyti ir tobulinti mokinių emocinius, bendravimo ir santykių kūrimo įgūdžius, stebėti mokinių dinamiką klasėje, padėti mokytojams ir šeimoms ištikus sunkumams.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Trumpalaikiai tikslai:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ugdyti gebėjimą atpažinti nepageidaujamą elgesį.</li> <li>○ Išmokyti prašyti pagalbos.</li> </ul> </li> <li>• <i>Vidutinės trukmės tikslai</i> Palengvinti mokytojo ir mokinio bendravimą, palaikyti gerą atmosferą klasėje ir ugdyti mokinių empatiją bei socialinius įgūdžius.</li> <li>• <i>Ilgalaikiai tikslai</i> Ugdyti naujus įgūdžius, kad laikui bėgant būtų galima juos atkartoti.</li> </ul>
<p><b>Metodai</b></p>	<p>Intervencijos, kurios buvo atliktos, apima aktyvaus klausymosi ir veiksmingo bendravimo metodų naudojimą</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• klasėje,</li> <li>• per asmeninius pokalbius,</li> <li>• per diskusijas mažose grupėse.</li> </ul> <p>Siekiant nustatyti reiškinio mastą, mokinių buvo paprašyta užpildyti anketą, apimančią bendrą informaciją (amžius, lytis, socialinė ir šeimyninė situacija), skyrių apie nuostatas ir vertybes, skyrių apie patirtį ir elgesį, susijusį su elektroninėmis patyčiomis.</p> <p>Jie taip pat pildė TRI (Tarpasmeninės reakcijos indekso) klausimyną – <a href="https://www.eckerd.edu/psychology/iri/">https://www.eckerd.edu/psychology/iri/</a>, kurį sukūrė Davis (1980–1983). Klausimyną sudaro 4 kategorijos: fantazija-empatija, gebėjimas perimti kitų požiūrį, empatiškas rūpestis ir asmeninė kančia.</p>

	<p>Šiuo projektu buvo siekiama plėtoti bendruomenės sanglaudą ir bendradarbiavimą, nes mokyklos klimatas, kuriam būdingas solidarumas, dalyvavimas ir pagarba kitiems gali būti svarbus veiksnys, siekiant užkirsti kelia antisocialumui ir smurtui. Todėl tapo svarbu įsikišti į klasės gyvenimą ir pasiūlyti emocinį ugdymą – kelią, leidžiantį mokiniams atpažinti savo jausmus ir gebėti juos perteikti, skatinti refleksiją ir efektyvias stiprių emocijų, tokių kaip pyktis, valdymo strategijas.</p> <p>Viena iš aktualiausių veiklų projekto metu buvo darbas su klase. Susitikimai vyko su 20 klasių, iš viso 29 susitikimai per 5 mėnesius, kurių tikslas buvo didinti sąmoningumą pagarbos, taisyklių laikymosi, pagarbaus bendravimo ir kito asmens priėmimo klausimais.</p> <p>Buvo vykdomas grupinis darbas, siekiant ugdyti socialinius įgūdžius ir stiprinti nuo (elektroninių) patyčių padedančius apsaugoti veiksnius, pavyzdžiui, bendradarbiavimą ir solidarumą.</p> <p>Buvo sukurta pasitikėjimo atmosfera, kurioje mokiniai jautėsi saugūs dalytis patirtimi ir prašyti bendraamžių ir suaugusiųjų pagalbos.</p>
<b>Rezultatai</b>	<p>Šio projekto rezultatai yra tokie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• buvo suteikti įrankiai taisyklių, elgesio ir požiūrių sistemai, padedančiai sugyventi su savimi ir kitais, kurti;</li> <li>• suteiktos priemonės atpažinti savo emocijas ir jas tinkamai išreikšti;</li> <li>• suteiktos priemonės, leidžiančios palaikyti teigiamą ryšį su bendraamžiais;</li> <li>• suteiktos priemonės, skatinančios bendradarbiavimą, paramą ir savitarpio pagalbą.</li> </ul>



### Apmąstykite

1. Kokią veiklą vykdėte kurdami kovos su elektroninėmis patyčiomis kultūrą? Kaip mokiniai reagavo į šias veiklas? Kaip jie jautėsi?
2. Kaip ši veikla padėjo jūsų mokiniams? Pasidalykite patirtimi su kolegomis, paprašykite atsiliepiamų ir pasiūlymų.

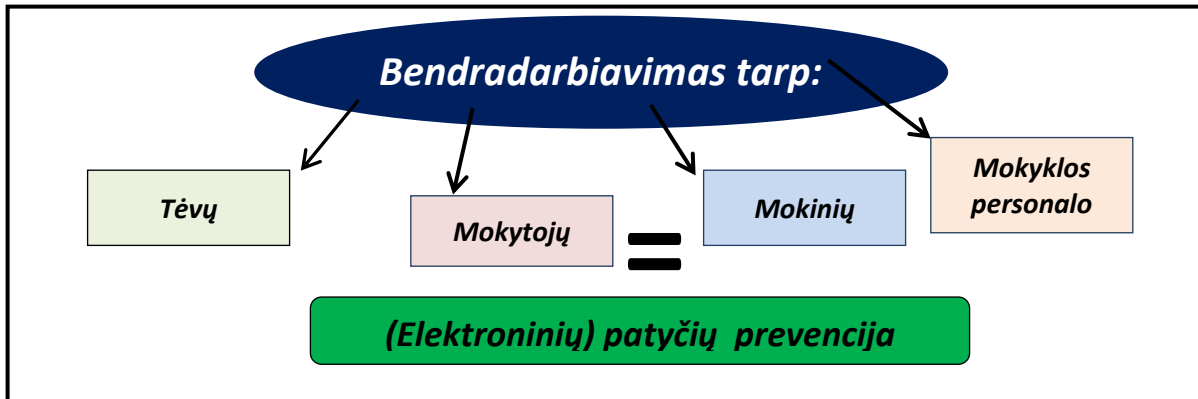
### 3.4. Žmonės, atsakingi už kovą su elektroninėmis patyčiomis (mokytojai, tėvai, mokiniai). Pranešimas apie elektronines patyčias



### Sužinokite

Kiekvienas turėtų kovoti su elektroninėmis patyčiomis mokyklose. Visa bendruomenė ir mokykla turi atpažinti problemą, priimti sprendimą, kaip ją spręsti, ir imtis veiksmų patyčioms sustabdyti. Kiekvienas turi atlikti savo vaidmenį saugodamas mokinių sveikatą ir gerovę, įskaitant tinkamą ir saugų technologijų naudojimą.

Jei patyčių (įskaitant elektronines patyčias) situacija iškyla per pamoką arba po jos, pirmiausia tėvai turi kreiptis pagalbos į mokyklą. Mokykloms dažnai prireikia laiko, kad priimtų teisingą ir pagrįstą sprendimą, nes elektroninės patyčios yra sudėtingas reiškinys. Tai gali būti nemalonu, tačiau labai svarbu užtikrinti, kad visi elektroninių patyčių atvejai būtų sprendžiami sąžiningai ir su atitinkamomis pasekmėmis. Pabrėžiame, kad nėra vienos grupės žmonių, kurie turėtų būti atsakingi už elektroninių patyčių prevenciją. Kova su šia problema, su kuria susiduria daugelis mokinių, vyksta bendradarbiaujant įvairioms socialinėms grupėms, kurios supa mokinius.



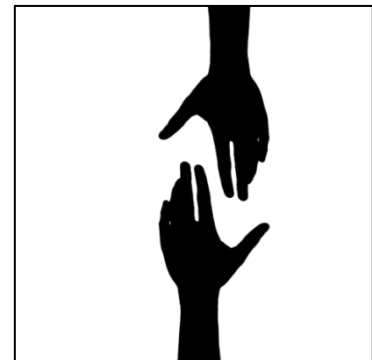
Visų veikėjų bendradarbiavimas sprendžiant šį rimtą reiškinį yra nepaprastai svarbus.

Be to, yra dar vienas aspektas, kuris yra esminis kovojant su patyčiomis elektroninėje erdvėje: padėti mokiniams žengti patį svarbiausią žingsnį – kalbėti – kai jie tapo (elektroninių) patyčių auka arba liudininkais.

Jei gerai apmokyti mokyklos darbuotojai / mokytojai / tėvai suprastų, kaip svarbu papasakoti apie patirtas patyčias iš karto po to, kai tapo jų liudininku arba nukentėju, ir kad patyčių slėpimas tik padidins problemą, tai neabejotinai turėtų didžiulį poveikį mokinių psichinei ir fizinei gerovei. Suaugusieji padėtų greitai įveikti šią problemą ir suteiktų vaikams įrankius kovoti su tokiu elgesiu.

Iš tiesų, šiais laikais vienas iš mokyklos (ir kitų institucijų) vaidmenų turi būti didinti jaunų žmonių informuotumą apie (elektronines) patyčias, pasitelkiant edukacines veiklas, kurios leistų jiems apie šį reiškinį sužinoti daugiau. Be to, mokyklos turėtų skatinti mokinius dalytis patirtimi jų nespaudžiant ir neverčiant, nes tai gali išgąsdinti mokinius, jie gali prarasti pasitikėjimą mokyklos darbuotojais ir ryšį su jais.

Jau įgyvendinta nemažai projektų, kuriais siekiama užkirsti kelią (elektroninėms) patyčioms. Nors jų pagrindas labai tvirtas, mokslinis (įtraukiami psichologai ir kiti specialistai), galiausiai viskas vykdoma labai formaliai ir biurokatiškai. Tai



atstumia jaunas žmones ir neskatina jų jautriau žiūrėti į šią problemą.

„Kas yra mūsų kančios šaltinis?

Kančia slypi tame, kad dvejojome kalbėti. Ji gimė tą akimirką, kai savyje ėmėme tyliai kaupti dalykus.“  
(Gaton Bachelard)

„Tylėti, kad išlaikytum ramybę, gali būti geras dalykas, bet jei ramybė jau buvo sutrikdyta, tylėjimas nieko nepadės. Sukaupkite drąsos ir kalbėkite, kai jaučiate, kad reikia.“ (Doe Zantamata)



### Gerosios praktikos pavyzdys

<b>Gerosios praktikos pavyzdys</b>	<b>„100 istorijų apie patyčias: pasakojimas, sąmoningumas, įsikišimas“</b>
<b>Šalis</b>	Italija
<b>Tikslinė grupė</b>	Pradinių ir vidurinių mokyklų mokiniai
<b>Projekto pradžia</b>	2018–2019 mokslo metai
<b>Trumpas aprašymas</b>	<p>Šis projektas sujungė tyrimus ir pasakojimo erdvę, kurioje jauni žmonės galėjo dalytis patirtimi apie (elektronines) patyčias, su kuriomis jie tiesiogiai susidūrė, ir intervenciją mokyklose. Tai įtraukė ne tik jaunimą, bet ir mokytojus.</p> <p>Galbūt pasakojimai buvo originaliausia projekto dalis. Tyrėjai atrinko 100 įtaigiausių ir giliausių istorijų apie (elektronines) patyčias iš daugiau nei 500 surinktų.</p> <p>Be to, projekto metu buvo tiksliai nustatytos didžiausios problemos, patyčiose dalyvaujančių žmonių profiliai, jų veiksmų motyvai, taip pat ryšys tarp jų pasirinkimų ir pasitikėjimo suaugusiais bei institucijomis.</p>
<b>Tikslai</b>	<p>Pagrindinis šio projekto tikslas buvo padėti mokiniams suprasti, kaip svarbu pasisakyti apie patirtas (elektronines) patyčias, dalytis patirtimi, neslėpti ir prašyti pagalbos, kad ši patirtis nesukeltų ligų ir kitų sveikatos sutrikimų.</p> <p>Antriniai (bet ne mažiau svarbūs) tikslai buvo šie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• padėti ugdyti empatiją tų, iš kurių tyčiojama, atžvilgiu;</li> <li>• apmąstyti asmeninę atsakomybę pagarbos, įtraukties ar teisingumo klausimais;</li> <li>• pradėti dialogą apie asmeninę atsakomybę patyčiose dalyvaujančių žmonių;</li> <li>• ugdyti sąžiningumo jausmą, bendradarbiavimo įgūdžius ir stiprinti pasitikėjimą savimi.</li> </ul>
<b>Metodologija</b>	Projektas buvo suskirstytas į tris skirtingus tyrimo ir intervencijos veiksmus, pradedant nuo etapo, kurio metu buvo matuojamas reiškinių dažnis ir

	<p>intensyvumas tarp vidurinių mokyklų mokinių, po to buvo surinkta jų patirtis ir iš naujo sukurtas „pasakojimas“, galiausiai buvo suorganizuoti mokymai, kurių tikslas – suteikti jauniems žmonėms žinių, prevencijos ir kovos su patyčiomis (įvairiais etapais, formomis ir apraiškomis) priemonių.</p> <p>Kalbant daugiau, projekto struktūra buvo trijų krypčių:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• bandomasis vidurinių mokyklų mokinių tyrimas;</li><li>• trumpi jaunuolių pasakojimai iš tų klasių, kurias patyčios paveikė labiausiai;</li><li>• informavimas, mokymai ir sąmoningumo didinimo veikla klasėse, kuriose patyčių rizika buvo didelė arba vidutiniškai didelė.</li></ul> <p>Kalbant apie pirmąją veiklą, tiriamieji pildė anonimišką pusiau struktūruotą anketą, kuria buvo siekiama išmatuoti elektroninių patyčių reiškinio egzistavimą ir intensyvumą pagrindiniuose jaunų žmonių socialiniuose kontekstuose. Bandomojo tyrimo metu surinktų duomenų struktūra ir išdėstymas leido statistinio apdorojimo etape sukurti „sintetinį patyčių rizikos indeksą“.</p> <p>Antrąją projekto veiklą sudarė jaunuolių iš atrinktų klasių pasakojimai. Jaunuoliai pasakojo apie savo, kaip elektroninių patyčių aukų, smurtautojų arba liudininkų, patirtį, prisimindami tokių žeminančių ir (arba) smurtinių apraiškų faktus ir būdus, bandydami įsivaizduoti, ką galvojo ir jautė kiti situacijoje dalyvaujantys žmonės, mėgindami paaiškinti tokio elgesio priežastis ir kiekvieno dalyvio vaidmenį.</p> <p>Redakcinis komitetas, sudarytas iš tyrėjų ir psichologų, perskaitė, išnagrino ir įvertino 557 istorijas. Galiausiai atrinko 100 reikšmingiausių, kurios buvo suskirstytos į tris skyrius: (1) aukos, smurtautojo ir liudininko profiliai; (2) elgesys, susijęs su patyčiomis elektroninėje erdvėje. Trečias skyrius buvo padalytas į dvi dalis, išskiriant liudininką-dalyvį ir liudininką-pasakotoją (tiesiogiai nedalyvaujantį įvykiuose).</p> <p>Galiausiai trečioji projekto veikla buvo mokymai klasėms, turinčioms didžiausią patyčių rizikos indeksą.</p>
--	---



### Apmąstykite

1. Kaip pagerinti mokyklų ir tėvų bendradarbiavimą, kad būtų išvengta elektroninių patyčių?
2. Kaip manote, koks yra geriausias būdas paskatinti mokinius pranešti apie elektronines patyčias?
3. Ar jūsų mokiniai kada nors pasakojo apie elektronines patyčias? Jei taip, kokių priemonių ėmėtės?
4. Ar manote, kad šiame poskyryje pateiktas geriausias praktikos pavyzdys gali būti pritaikytas jūsų mokykloje? Kodėl? Kodėl ne?

## IV skyrius. Elektroninės patyčios skaitmeninėje eroje

*Išaugus interneto naudojimui tiek asmeniniais, tiek profesiniais tikslais, padaugėjo ir su netinkamu technologijų naudojimu susijusių problemų. Tad šis skyrius yra susijęs su elektroninėmis patyčiomis skaitmeninėje eroje, nes tai neabejotinai problema, apie kurią visuomenė turi žinoti ir jai pasiruošti. Mokslinėje literatūroje pabrėžiama aiškios ir struktūruotos mokyklos politikos, kaip vienos svarbiausių kovos su elektroninėmis patyčiomis priemonių, svarba. Mokytojai turi žinoti teorijas ir metodus kovoti su patyčiomis elektroninėje erdvėje, nes tik tada galės greitai įsikišti ir didinti mokinių sąmoningumą. Todėl elektroninių patyčių prevencijos programa turi būti suderinta su mokyklos politika ir mokytojų rengimo programomis.*

*Šiame skyriuje taip pat aptariamas poreikis mokyti vaikus tinkamai elgtis internete, o tai reiškia, kad vaikai mokomi saugiai naudotis internetu. Ši perspektyva leidžia suprasti, kad mokyklos turi ugdyti mokinių kritinį mąstymą, kad jie gebėtų abejoti, klausti ir tikrinti informaciją. Taip pat šiame skyriuje atkreipiame dėmesį į dažniausiai pasitaikančias internetines grėsmes, kad mokyklos bendruomenės galėtų susikurti savą kibernetinio saugumo planą.*



### Apšilimas

„2020 m. pradžioje internetu naudojosi daugiau nei 4,5 mlrd. žmonių, o socialinių tinklų vartotojų skaičius perkopė 3,8 mlrd. ribą. Beveik 60 % pasaulio gyventojų jau naudojami internetu, o naujausios tendencijos rodo, kad iki šių metų vidurio daugiau nei pusė visų pasaulio gyventojų naudosis socialiniais tinklais.“ (We Are Social, 2020).

Jei manote, kad esate elektroninių patyčių auka, Kowalski ir kt. (2014) suformulavo, ką reikėtų daryti:

- Kaupkite įrodymus: pasidarykite žinučių kopijas.
- Gavę pirmą žeminančią ar skaudinančią žinutę ar kt., jei ji yra nestipri, ignoruokite, ištrinkite ir užblokuokite siuntėją.
- Praneškite: jeigu iš jūsų vaiko besityčiojantis žmogus turi paskyrą socialiniame tinkle, praneškite apie jį to socialinio tinklo kūrėjams.
- Tirkite: stebėkite vaiko buvimą internete.
- Bendraukite: jei smurtautojas yra kitas mokinys, pasidalykite įrodymais su mokyklos personalu.
- Įtraukite tėvus: jei žinote, kas yra smurtautojas, ir elektroninės patyčios nesiliauja, susisiekite su to vaiko tėvais ir pasidalykite turimais įrodymais.
- Konsultuokitės su teisininku: jei smurtautojo tėvai nereaguoja, o patyčios tęsiasi, susisiekite su advokatu.
- Kreipkitės į teisėsaugos institucijas: apie elektronines patyčias praneškite policijai.
- Rūpinkitės psichine sveikata: jei jūsų vaiką kamuoja sunkūs išgyvenimai, jis kalba apie savęs žalojimą, nedelsdami kreipkitės pagalbos į mokyklos konsultantą arba kitą psichikos sveikatos specialistą.





#### 4.1. Mokyklos politika dėl saugumo internete ir skaitmeninio raštingumo



Pasak Stevensonso (2020), didžiulis technologijų naudojimo padidėjimas tiek profesiniais, tiek socialiniais tikslais turės tam tikrų pasekmių vaikams ir paaugliams. Manoma, kad elektroninių patyčių daugės. Siekiant išvengti elektroninių patyčių žalos ir kitų neigiamų piktnaudžiavimo technologijomis pasekmių, būtinas holistinis požiūris į problemą, derinant pedagogines vertybes su socialinių ir žmogiškųjų kompetencijų ugdymu. Todėl labai svarbu, kad bendradarbių įvairių sričių specialistai, kad tinkama pedagogika būtų derinama su technologijomis šiai problemai įveikti.



Mokykla yra pirmoji gynybinė linija nuo elektroninių patyčių. Būtent šioje erdvėje mokiniai bendrauja ir mezga ryšį su bendraamžiais ir suaugusiais. Daugeliu atvejų mokytojai bus vieninteliai suaugusieji, kuriais vaikas ar jaunuolis pasitiki, todėl labai svarbu, kad mokytojas tinkamai reaguotų. Mokytojas turi būti pasirengęs greitai ir veiksmingai reaguoti (Wachs et al., 2019).

Mokytojai turi skatinti teigiamus socialinius santykius ir sąveiką, kuri ugdytų mokinių socialinius įgūdžius. Jie turėtų mokyti tinkamo ir netinkamo elgesio, kad jauniems žmonėms būtų aišku, ko iš jų tikimasi, koks elgesys reiškia nepagarbą kolegoms, o kuris daro neigiamą poveikį bendraamžiams.

Vaikai turi išmokti bendrauti su bendraamžiais, tiek asmeniškai, tiek virtualiai, kad galėtų išreikšti savo nuomonę ir jausmus neįskaudindami kitų. Svarbu kartu su mokiniais parengti elektroninio bendravimo etiketo vadovą apie tinkamą kalbą ir elgesį.

Mokiniai, išsiugdę socialinius įgūdžius ir turintys teigiamą požiūrį į save ir kitus (Fredkove et al. 2019),

jaučiasi stiprūs, įgalinti, jiems sekasi mokykloje, bendraamžiai juos priima, yra labiau linkę nedalyvauti elektroninėse patyčiose (Aliyev ir Gengec, 2019).

Paaugliai yra tokiame etape, kai jie turi jaustis priimti ir rasti panašumų su bendraamžiais. Kai smurtauti linkęs mokinys randa žmogų, kuris išdrįsta būti kitokiu, nusitaiko į jį. Mokiniai turi suprasti ir išmokti gerbti skirtumus, o tokį elgesį turi skatinti mokytojai ir mokykla. Kai mokiniai išmoksta gerbti ir vertinti požiūrių skirtumus ir įvairovę, jie atveria kelius geresniam bendravimui su kitais ir savimi. Mokykla ir mokytojai turi skatinti įgyti įgūdžių vertinti skirtumus ir gerbti kitus, nes mokiniai, kurie gerai jaučiasi, supranta ir vertina skirtumus, yra mažiau linkę tyčiotis.



Tačiau, kad mokytojas jaustųsi įsitikinęs, kad gali padėti mokiniui, jis turi jausti, kad mokyklos administracija taip pat yra šalia, kad padės ir suteiks jam reikalingos paramos.

Taigi vis labiau tampa aišku, kad reikia aiškios mokyklų valdybų pozicijos. Valdyba turi suteikti gaires, kuriomis vadovautųsi visi mokyklos bendruomenės nariai, susidūrę su elektroninėmis patyčiomis. Kad mokytojai ir kiti mokyklos darbuotojai jaustųsi užtikrinti tuo, ką daro, kad jų veiksmus remtų mokyklos bendruomenė, mokyklos vadovybė turi aiškiai pasakyti visiems darbuotojams ir mokiniams, kokio elgesio tikimasi ir koks elgesys turės neigiamų pasekmių.

Akivaizdu, kad jei mokytojai nesijaus saugūs kištis į elektronines patyčias, atsiras tendencija ignoruoti tai, kas kitu atveju turėtų tiesioginę ir neatidėliotiną reakciją. Vadinasi, jei mokiniai manys, kad mokytojai nieko nedarys arba darys mažai, jie nebeturės kam pasisakyti apie patyčias ir, blogiausia, jausis vieniši ir palikti likimo valiai.

Pasak Wachs ir kt. (2019), mokyklų direktoriai turi suteikti darbuotojams, mokytojams ir kitam personalui specialius ir tinkamus mokymus, kaip spręsti šią problemą. Tačiau daugelyje mokyklų vadovams sunku pastebėti patyčias elektroninėje erdvėje arba skirti joms reikiamo dėmesio. Daugelis mokyklų direktorių



technologškai atsilieka nuo savo mokinių, todėl net nesuvokia, kokio masto patyčios gali vykti elektroninėje erdvėje, ir neįsivaizduoja jų pasekmių. Negebant naudotis platformomis ir skaitmeninėmis priemonėmis, kurias naudoja mokiniai, dar sunkiau kovoti su neigiamu patyčių poveikiu. Labai svarbu, kad mokiniai galėtų užmegzti sveiką santykį su savimi, su kitais ir mokykla. Galimybė plėtoti sveiką, prasmingą ir pagarbų santykį su bendraamžiais yra būdas skatinti visapusišką mokinio tobulėjimą ir didinti akademinę sėkmę, todėl

turi būti vykdoma švietimo politika, apimanti visų mokyklos procese dalyvaujančių asmenų mokymą.

Neįmanoma patikrinti ir kontroliuoti visos vaikų ir paauglių veiklos ir bendravimo tarpusavyje, o kalbant apie skaitmeninį kontekstą, problema įgauna dar didesnę mastą. Mokykla negali apriboti mokinių prieigos prie kompiuterių ir mobiliųjų įrenginių namuose, todėl dėmesys turi būti skiriamas prevencijai. Vaikai ir jaunuoliai turi suvokti, kokį poveikį patyčios daro ir kitiems, ir jiems patiems.

Keli autoriai (Stewart ir Fritsch (2011), Welker (2014)) teigia, kad elektroninės patyčios turi neigiamą poveikį mokiniams ir ugdymo procesui, todėl akademiniai pasiekimai yra žemesni nei galėtų būti, nes patyčios paveikia mokinius ir fiziškai, ir psichologiškai.

Aiškūs ir objektyvus apibrėžimas, kas yra patyčios, koks jų neigiamas poveikis ir potencialas, yra pirmasis žingsnis, kurį mokyklos gali žengti kovodamos su elektroninėmis patyčiomis. Tik po šio etapo galima rengti strateginį planą, kuris mažintų padarinius ir priežastis.

Pasak Notar ir kt. (2013), mokyklos turi imtis šių veiksmų, formuluodamos savo elektroninių patyčių prevencijos programą:

- apibrėžti elektronines patyčias;
- turėti tvirtą politiką (kiekvienas turi žinoti, ką daro, o tai labai svarbu dėl teisinių ieškinių);
- supažindinti darbuotojus, mokinius ir tėvus su mokyklos politika, apmokyti juos atpažinti elektronines patyčias;
- naudoti interneto filtrus.

Tuo pačiu metu galite žengti ir šiuos mažus žingsnius:

- Nurodykite vietas mokyklos teritorijoje, kur labiausiai tikėtinas su patyčiomis susijęs elgesys, ir perspėkite darbuotojus, kad jie būtų budrūs ir atkreiptų dėmesį.
- Sudarykite kriterijų, leidžiančių atpažinti aukos ir smurtautojo elgesį, sąrašą.
- Skatinkite paramos ir konsultavimo grupes patyčias patyrusiems mokiniams.
- Ugdykite mokinių, kurie tapo patyčių liudininkais, supratimą. Jie turi užmegzti empatišką ryšį su auka, nes tai yra aiškus ir neagresyvus būdas parodyti smurtautojui, kad jiems nepriimtina tai, kas įvyko.
- Bendradarbiaujant mokyklos personalui ir mokiniams, sukurkite elgesio taisykles, skirtas būnant mokykloje ir bendraujant internete.
- Mokyklos etiketo ir internetinio etiketo sukūrimas leis mokiniams žinoti, kokio elgesio tikimasi, o koks yra nepateisinamas, ir padės jauniems žmonėms suprasti, kad jų elgesys yra stebimas ir kad patyčios kelia rūpestį.



#### Apmąstykite

Ar jūsų mokykla turi oficialią kovos su patyčiomis arba kovos su elektroninėmis patyčiomis politiką? Ar ji yra aiški ir prieinama visiems mokyklos bendruomenės nariams?

## 4.2. Skaitmeninės grėsmės ir saugumo internete įgūdžiai (privatumo nustatymai / pranešimas apie neteisėtą turinį / netikros naujienos)

Iššūkis laiku identifikuoti elektroninių patyčių auką kelia ir tėvų, ir mokyklos darbuotojų susirūpinimą. Yra keletas požymių, kurie gali padėti atpažinti, kad vaikas ar jaunuolis patiria patyčias internete, tačiau atvirumas ir pasitikėjimas yra bet kokio vaisingo dialogo ramsčiai.

Jei vaiko elgesys staiga pasikeičia ir jie pradeda kitaip naudotis mobiliaisiais įrenginiais nei anksčiau, tai gali reikšti, kad vyksta elektroninės patyčios. Turime atkreipti dėmesį, jei vaikas ar jaunuolis:

- staiga nebenaudoja savo prietaisų arba naudoja juos daug dažniau nei įprastai;
- atrodo nusiminęs arba piktas po to, kai naudojosi socialiniais tinklais arba žaidė kompiuterinius žaidimus;
- siekia atsiriboti, vengia mokyklos arba renginių, susitikimų;
- vengia pasakoti apie savo socialinį gyvenimą;
- nuotaika dažnai keičiasi, susiduria su problemomis mokykloje, suseraga depresija.

Pasak O'Neill ir Dinh (2015), skaitmeninis ugdymas reiškia, kad vaikai mokomi saugiai naudotis internetu. Saugumas internete yra vis aktualesnis dalykas, kuris turi būti įtrauktas į mokyklos mokymo programą. Mokydami vaikus ir jaunuolius, kaip bendrauti ir elgtis internete, ne tik suteikiame žinių apie saugumą, bet ir mokome būti geresniais interneto vartotojais.

Pradėti atvirą dialogą su mokiniais apie saugumą internete ir jų skaitmeninius įgūdžius yra strategija, kuri leis ugdyti informuotumą apie gerą interneto naudojimo praktiką.

Taip pat tampa vis svarbiau ugdyti mokinių kritinį mąstymą, kad jie galėtų mąstyti ir vertinti situacijas patys. Kad mokiniai galėtų analizuoti situaciją ir kritiškai mąstyti, reikia:

- analizuoti ir vertinti informaciją bei argumentus,
- išvelgti sąsajas ir ryšius,
- atpažinti ir kaupti reikšmingą informaciją,
- tada jie turi pritaikyti tai realiame kontekste ir sugebėti išreikšti tai savais žodžiais.

Labai svarbu, kad mokykloje būtų kreipiamas dėmesys į kritinį mąstymą. Didėjant prieigai prie informacijos ir gaunant tiek daug klaidingos ir melagingos informacijos, jauni žmonės turi sukurti perspektyvas ir priemones, skirtas jai kvestionuoti ir patvirtinti. Gebėjimas kelti klausimus ir skeptiškai žiūrėti į internete rastą informaciją yra būdas pagerinti savo nuomonę ir pagrįsti požiūrį.

Mokiniai, turintys labiau išvystytą kritinį mąstymą ir galintys šiek tiek lengviau įsijausti į kito žmogaus situaciją, lengviau užmegs santykius, pagrįstus supratimu ir empatija. Šie mokiniai, mūsų nuomone, bus mažiau jautrūs (elektroninėms) patyčioms, nebus tik pasyvūs stebėtojai ar bejėgės aukos.

Suaugusieji turi nepamiršti, kad vaikai ir jaunimas turi teisę naudotis saugia ir tinkama virtualia aplinka, kuri leidžia jiems harmoningai ir pagarbiai vystytis. Internetinis turinys gali lavinti mokymosi ir bendravimo įgūdžius, todėl labai svarbu, kad suaugusieji jauniems žmonėms suteiktų įrankius, leidžiančius saugiai naršyti. Norime atsakingų ir veiklių mokinių, todėl jie turi jaustis saugūs virtualiame pasaulyje.



#### Apmąstykite

Saugumas internete turėtų būti aiškiai įtrauktas į mokyklos mokymo programą, o įvairios disciplinos turi būti vertinamos kaip tarpdisciplininės, kad būtų padidintas įvairiems kontekstams pritaikytų saugos priemonių spektras. Ar su saugumu internete susiję scenarijai „Ką daryti, jei...“ būtų naudingi jūsų mokykloje?

### 4.3. Kaip gauti *eSafety Label* savo mokyklai?



#### Sužinokite

##### Įvadas

Šiame poskyryje apžvelgsime procesą, kurio turi laikytis mokykla, kad gautų e. saugos ženklą – *eSafety Label*.

*eSafety Label (eSL)* yra akreditavimo ir paramos programa mokykloms.

Ja naudojamesi mokyklose, norinčiose įsitraukti į siūlomą mokymo ir mokymosi patirtį, saugią ir praturtinančią aplinką saugiai prieigai prie internetinių technologijų.

*eSafety Label* svetainė yra puikus šaltinis mokytojams, mokyklų vadovams ir IKT specialistams, norintiems įvertinti savo mokyklos saugumą internete, imtis veiksmų jį gerinti ir stiprinti bei dalytis gerąja patirtimi su kitomis mokyklomis.

*eSafety Label* akreditacija suteikiama mokykloms, kurios atitinka interneto saugumo kriterijus, atsižvelgiant į stipriausias ir silpnąsias vietas, susijusias su:

- infrastruktūra,
- politika,
- praktika.

Naudodamasi šiose srityse nustatytais kriterijais, mokyklos gali peržiūrėti savo saugos standartus, palyginti su nacionaliniais ir tarptautiniais.

*eSafety Label* buvo pradėta 2012 m. ir yra Europos mokyklų tinklo iniciatyva, kuri prasidėjo bendradarbiaujant su kompanijomis *Kaspersky Lab*, *Liberty Global*, *Microsoft*, *Telefonica* ir Belgijos-Flandrijos, Italijos ir Portugalijos švietimo ministerijomis. Šiuo metu *eSL* veikia 38 šalyse. Nacionalinių koordinatorių kontaktinė informacija pateikiama užsiregistravus platformoje.

Be to, projektas „*eSafety Label+*. Tapk *eSafety* čempionu“ buvo įgyvendintas po *eSL* skėčiu ir finansuotas pagal programą *Erasmus+*. Projektas prasidėjo 2017 m. rugsėjį ir truko iki 2019 m. gruodžio. Juo siekta padėti ugdyti internetinę bendruomenę, kurią sudarė Europos mokytojai, mokyklų vadovai, IKT konsultantai, kiti mokyklos darbuotojai. Bendruomenės nariai iki šiol gali palaikyti nuolatinį mokyklų darbuotojų profesinį tobulėjimą, suteikdami mokykloms galimybę turėti saugią skaitmeninę aplinką.



Visi čia nurodyti šaltiniai paimti iš oficialios *eSL* svetainės <https://www.esafetylevel.eu/>. Jeigu turite klausimų, rašykite:

- [esafetylevel@eun.org](mailto:esafetylevel@eun.org) – bendri komentarai ir klausimai;
- nacionalinis koordinatorius (po registracijos) – konkretūs klausimai apie akreditavimo procesą;
- [support@esafetylevel.eu](mailto:support@esafetylevel.eu) – techniniai klausimai.

Jeigu aptikote kokių nors neatitikimų tarp šiame leidinyje ir *eSL* svetainėje pateiktos informacijos, kliaukitės oficialiame šaltinyje esančia informacija.

### **Priežastys, dėl kurių mokykla turi atlikti šį procesą**

Mokyklos aplinka sparčiai keičiasi. Dar visai neseniai mokiniai ir mokytojai, būdami namuose ar mokykloje, nedaug bendraudavo per interaktyvias technologijas, tokias kaip kompiuteriai. Kasdienybė pasikeitė taip smarkiai, kad dabar dauguma žmonių nešiojasi nedidelį kompiuterį. Mokykla į savo mokymo programas įtraukė ir ims naudoti daugiau IKT ir interneto. Atsižvelgdama į tai, mokykla turi sutelkti dėmesį į modernios mokymo(si) erdvės puoselėjimą.

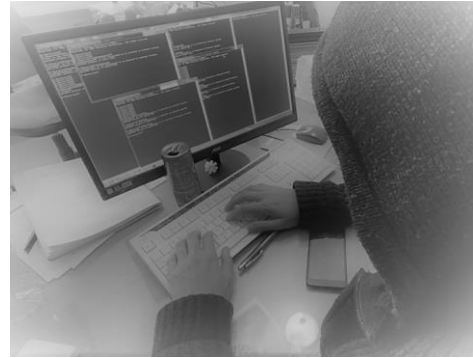
Mokyklos darbuotojai ir mokiniai turi žinoti, su kokiais sunkumais susiduriama naudojantis naujai integruotomis technologijomis. Jie turi būti aprūpinti reikiama medžiaga, susijusia su infrastruktūra, ir aiškiais gairėmis, susijusiomis su politika ir praktika. Keletas iš daugelio kylančių problemų yra:

- elektroninės patyčios,
- kompiuteriniai virusai;
- privatumo stoka.

Jei mokykla nusprendžia tęsti saugos įsivertinimą, naudodama daugybę mokymosi ir tinklų kūrimo galimybių, kurias suteikia *eSafety Label*, jos aplinka gali tapti saugia ir svetinga erdve, kurios priešakyje yra šiuolaikiniais metodais paremtas švietimas ir pedagogika.

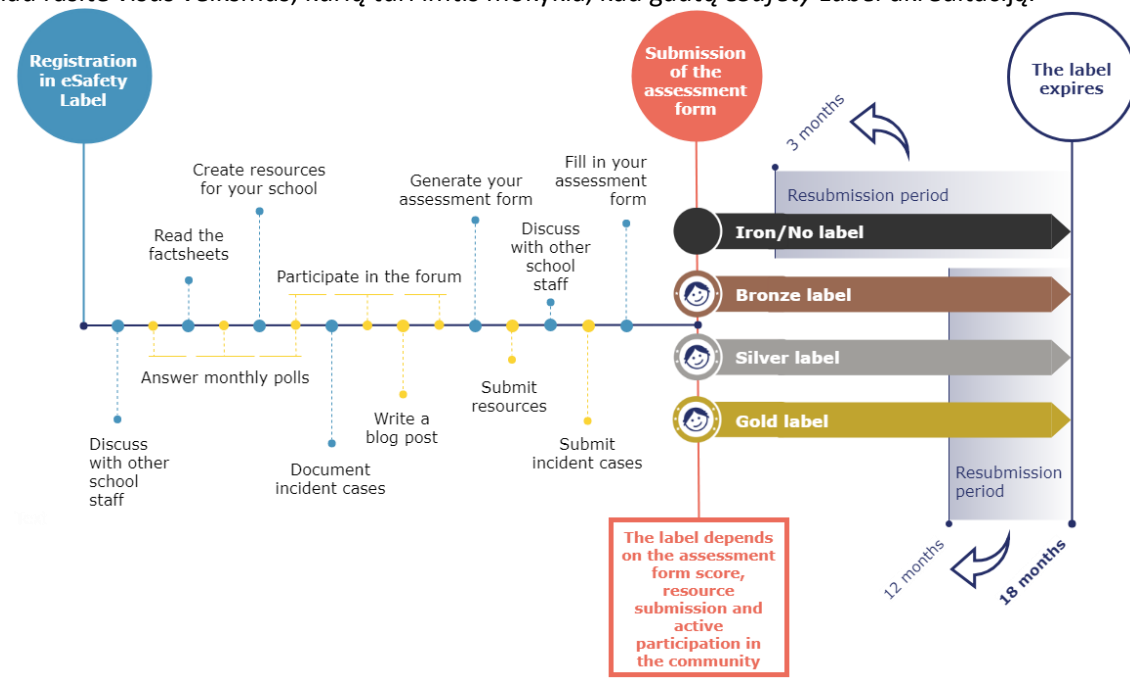
Mokytojai, mokyklų vadovai ir IKT specialistai gali peržiūrėti ir pagal nacionalinius bei tarptautinius standartus palyginti:

- kaip užtikrinti su mokykla susijusių asmenų saugumą internete;
- kaip įvertinti savo mokyklos saugumą internete;
- ko imtis saugumui pagerinti;
- kaip kiti mokyklos darbuotojai elgiasi panašiose situacijose.



## Žingsniai

Žemiau rasite visus veiksmus, kurių turi imtis mokykla, kad gautų *eSafety Label* akreditaciją.



Šaltinis <https://www.esafetylevel.eu/documents/20510/22735/Timeline+eSL.png/a13b8f9e-98b4-4e48-be57-fad6272a3f?t=1530718879730>

Aukščiau pateiktame paveikslėlyje nurodomi žingsniai, kurių turi imtis mokyklos darbuotojai, kad galėtų gauti akreditaciją. Šie žingsniai išsamiai paaiškinti žemiau.

## Registracija

Užsiregistruoti trunka 5 minutes.

*eSafety Label* svetainėje pamatysite mygtuką „Join us“ („Prisijunkite prie mūsų“)

Užpildykite registracijos formą ir spustelėkite „Submit“ („Pateikti“)

Praėjus kelioms minutėms po anketos pateikimo, gausite el. laišką iš [esafetylevel@eun.org](mailto:esafetylevel@eun.org) su patvirtinimu, kad jūsų registracija buvo sėkminga. Patariame pasitikrinti ir savo el. pašto šlamšto dėžutę. El. laiške rasite naudingos informacijos apie savo paskyrą ir ką daryti toliau norint gauti *eSafety Label* akreditaciją.

Dauguma nuorodų tuo metu dar neveiks.

Tada grįžkite į pagrindinį svetainės puslapį ir viršutiniame dešiniajame kampe spauskite „Login“ („Prisijungti“).

Įveskite vartotojo vardą ir slaptažodį, kuriuos nurodėte registracijos formoje, ir spauskite „Login“ („Prisijungti“).

Kai tik prisijungsite, puslapis nukreips jus į paskyros sąranką.

Į tą patį puslapį galima nueiti paspaudus viršutiniame dešiniajame kampe „Members Community“ („Narių bendruomenė“).

Norėdami pasiekti savo profilį, spauskite „User profile“ („Vartotojo profilis“).

Jei jau esate užsiregistravę, el. laiške pateikta nuoroda nukreips jus į tą patį puslapį.

Vėliau galėsite pasiekti savo profilį spustelėję savo vardą viršutiniame dešiniajame kampe.

Tada spustelėkite „Edit profile“ („Redaguoti profilį“) ir „Upload a picture“ („Įkelti nuotrauką“).

Redaguokite informaciją šalia savo vardo.

Spustelėję „Edit“ („Redaguoti“) pastebėsite, kad jūsų vardas ir pavardė jau įrašyti. Kita informacija, kurią prašoma pateikti yra tokia:

Privaloma:

- kreipinys,
- šalis,
- savęs aprašymas.

Neprivaloma:

- gimtoji kalba,
- kitos kalbos,
- interneto svetainės nuoroda.



Kitas žingsnis yra įtraukti savo organizaciją skiltyje „My Organisation“ („Mano organizacija“).

Galėsite ieškoti savo organizacijos pagal šalį, regioną ir miestą.

Jei paieškoje radote savo organizaciją, spauskite „This is my organisation“, („Tai mano organizacija“)

Jei jūsų organizacija dar nėra užsiregistravusi platformoje, galite ją pridėti iškart, kad jūs ir jūsų kolegos bei mokiniai galėtumėte prie jos prisijungti.

Spauskite „I did not see my organisation“ („Neradau savo organizacijos“).

Iššokusioje lentelėje su klausimu spauskite „Yes“ („Taip“) ir pridėkite informaciją apie savo organizaciją.

Jūsų registracija baigta. Galite naršyti visoje svetainėje, įskaitant bendruomenės skiltį ir vertingus šaltinius.

### **Pasiruošimas akreditacijai ir akreditacijos procesas**

Per platformą mokyklos darbuotojai gali lengvai pradėti mokytis apie saugumą internete. Platformoje pateikiami ištekliai yra pritaikyti visiems supratimo lygiams. Bendruomenės įsitraukimas yra didelė dalis to, ko mokykla turi imtis, kad gautų akreditaciją, todėl prieš skelbdami savo darbą svetainėje būtina pasitarkite su kitais bendruomenės nariais. Besiruošdami:

- **Perskaitykite informacinius lapelius**: jie suskirstyti į tokias pačias kategorijas kaip ir įsivertinimo etapas: infrastruktūra, politika, praktika.

Kiekviena kategorija suskirstyta į skyrius, kuriuose pateikiamas paaiškinimas, lengvai suprantamos gairės ir kontroliniai sąrašai, taikant holistinį požiūrį ir įtraukiant visą mokyklos personalą.

Kaip siūlo eSL kūrėjai, galite pradėti mokytis naudodamiesi informaciniais lapais ir su kitais forumo nariais aptarti kilusius klausimus.

- **Sukurkite išteklius savo mokyklai**: perskaityę informacinius lapelius ir diskutuodami su kolegomis, kitais mokyklos bendruomenės nariais, galite sukurti savo išteklius saugumui internete užtikrinti.

Štai keletas pavyzdžių:

- vaizdo įrašai,
- lankstinukai,
- seminarai,
- pamokų planai,
- kampanijos,
- programėlės,
- eTwinning projektai,
- plakatai.

Kurdami išteklius ne tik gausite taškų galutiniam akreditacijos balui, bet ir padėsite savo bendruomenės nariams mokytis ir mokytis apie saugumą internetą.

- **Dokumentuokite**: kai kažkas blogo, pavyzdžiui:
  - elektroninės patyčios,
  - kompiuteriniai virusai,
  - privatumo pažeidimai,

įvyksta jūsų mokykloje, būtina užpildykite incidento ataskaitą. Ataskaita yra anoniminė ir padės mokyklų darbuotojams visame pasaulyje valdyti panašius atvejus. Kaip minėta informacinių lapų skyriuje apie incidentus (skiltyje „Praktika“), į mokyklos politikos aprašą turėtų būti įtraukta incidentų valdymo procedūra, kurią turėtų žinoti visi darbuotojai.

Kai įvyks incidentas, galėsite peržiūrėti ją žingsnis po žingsnio. Informaciniuose lapeliuose pateikiamos gairės, kaip peržiūrėti mokyklos politiką ir ją tvarkyti, taip pat kaip atnaujinti procedūrą, jei buvo kokių nors gerų ar blogų praktikų.

### **Aptarkite su kitais mokyklos darbuotojais**

Norint gauti eSafety Label akreditaciją labai svarbu, kad mokykla būtų aktyvi eSafety Label bendruomenės narė. Pagrindiniai dalyvavimo būdai yra šie:

- **Pildykite mėnesio apklausas**: kiekvieną mėnesį jūsų paskyroje bus rodoma apklausa apie saugumą internete. Savo nuomone galite pasidalyti su kitais bendruomenės nariais ir diskutuoti to mėnesio tema.





- **Dalyvaukite forume:** forume yra daugybė temų apie saugumą internete, renginius ir mokymo išteklius. Galite bendrauti su kitais nariais pradėdami naują temą arba prisijungę prie jau vykstančios diskusijos. Pavyzdžiui, galite paprašyti informacijos apie įsivertinimo formą arba pasidalyti renginio, kurį organizuosite savo mokykloje (pvz., kovos su elektroninėmis patyčiomis diena ir pan.), planais, kad gautumėte patyusių mokytojų iš kitų šalių atsiliepimų. Bendruomenė taip pat gali padėti jums sukurti mokymui ir informavimui skirtų išteklių.
- **Rašykite tinklaraštį:** ar organizavote renginį savo mokykloje? Ar pasisekė? Ar per pamoką pritaikėte kokią nors mokomąją medžiagą? Praneškite bendruomenei ir įkvėpkite ją organizuoti panašų renginį ar pamoką!



### Įsivertinimo forma

Kai jaučiatės įsitikinę, kad supratote informaciniuose lapuose pateiktą medžiagą, sukūrėte išteklių savo mokyklai ir dokumentavote incidentus, bendraudami su kitais bendruomenės nariais, galite pradėti pildyti įsivertinimo formą.

- **Sukurkite įsivertinimo formą:** prisijungę prie svetainės, skirtuke „Community“ („Bendruomenė“) rasite formos generavimo mygtuką. Forma išversta į 17 kalbų.
- **Pateikite išteklius:** visi sukurti ištekliai (pavyzdžiui, tinklaraščio įrašas, vaizdo įrašai, lankstinukai, seminarai, pamokų planai, kampanijos, programėlės, *eTwinning* projektai, plakatai) turi būti pateikti atliekant šį veiksma. Baigę galėsite forume bendrauti su platformos nariais, kurie padėjo jums juos sukurti. Taip pat galite juos rekomenduoti, kad padėtų kitiems mokyklos darbuotojams.
- **Pateikite incidentų aprašymus:** dabar galima pateikti dokumentuotus atvejus pagal pateiktą ataskaitą. Ataskaitos yra anoniminės, siekiant apsaugoti susijusius asmenis ir užtikrinti, kad daugiau bendruomenės narių dalytųsi, nerizikuodami pakenkti su incidentu susijusiems žmonėms.
- **Užpildykite įsivertinimo formą:** įsivertinant reikia apmąstyti atliktą darbą ir įvertinti, kaip gerai jis buvo padarytas, atsižvelgiant į vertinimo kriterijus. Įsivertinimo formą sudaro 30 klausimų infrastruktūros, politikos ir praktikos temomis.
- **Pateikite įsivertinimo formą:** atsakę į formoje pateiktus klausimus ir įkėlę visus susijusius dokumentus paskutiniame skirtuke, galėsite viską pateikti.

Nepamirškite: dalyvavimas bendruomenėje yra vienas iš pagrindinių *eSL* akreditacijos elementų, todėl būtina būti aktyvūs prieš pateikimą ir po jo.

Akreditacija priklauso nuo įsivertinimo formos balo, pateiktų išteklių ir aktyvaus dalyvavimo *eSL* bendruomenėje.

### Rezultatai

*eSL* sukurta tam, kad padėtų bendruomenės nariams stiprinti gebėjimus, pasitelkdama ekspertus, galinčius patarti per akreditavimo procesą ir su sauga internete susijusiais klausimais.

Pateikus įsivertinimo formą, balus skiria nacionalinis koordinadorius.

Balas priklauso nuo:

- atsakymų į 30 klausimų,
- aktyvumo lygio ir kokybės bendruomenėje,



- pateiktų incidentų aprašymų,
- pateiktų išteklių.

Pagal surinktą balą mokykla gaus vieną iš šių ženklelių:

- **Geležinis ženklelis:**
  - Rezultatas: mažiau nei 22 taškai.
  - Pakartotinio pateikimo laikotarpis: 3 mėnesiai.
  - Patarimai: atsižvelkite į pateiktus asmeninius pasiūlymus veiksmų planai pagerinti, peržiūrėti informacinius lapus ir išteklius dar kartą, kad gautumėte daugiau informacijos, ir pateikite paraišką iš naujo.
- **Bronzinis ženklelis:**
  - Rezultatas: daugiau nei 22 taškai, mažiausiai 5 taškai kiekvienoje iš 3 kategorijų.
  - Pakartotinio pateikimo laikotarpis: 12 mėnesių.
  - Patarimai: atidžiai perskaitykite veiksmų planą ir įsipareigokite įgyvendinti siūlomus veiksmus. Toliau dalyvaukite bendruomenėje ir bandykite dar kartą.
- **Sidabrinis ženklelis:**
  - Rezultatas: mažiausiai 44 taškai.
  - Pakartotinio pateikimo laikotarpis: 12 mėnesių.
  - Patarimai: mokykla turi pasistengti pagerinti išteklius, incidentų analizes ir atsakymus į įsivertinimo formoje pateiktus klausimus ir aktyviau dalyvauti bendruomenėje.
- **Auksinis ženklelis:**
  - Rezultatas: mažiausiai 55 taškai.
  - Pakartotinio pateikimo laikotarpis: 12 mėnesių.
  - Patarimai: kad būtų suteiktas šis ženklelis, jūsų mokykla turi teikti veiksmingą pagalbą tėvams ir bendrauti su kitomis mokyklomis, o saugumas internete turi būti įtrauktas į visų klasių mokymo programas. Galite išlaikyti tokį aukštą internetinės saugos standartą visose srityse ir pateikti paraišką iš naujo prieš pasibaigiant akreditacijos galiojimo laikui.

Akreditacija galioja 18 mėnesių.



### **Apmąstykite**

Ar jūsų mokykla gali sukurti edukacinę aplinką su saugia prieiga prie internetinių technologijų? Kaip mokyklos elektroninės saugos procedūros padeda užkirsti kelią ir valdyti elektroninių patyčių incidentus?

## V skyrius. Mokymo išteklių kovai su elektroninėmis patyčiomis

Šiuo skyriumi siekiama supažindinti pedagogus su įvairiais kovos su elektroninėmis patyčiomis ištekliais, kad jie sėkmingai naudotų ir pritaikytų juos savo kontekste. Skyriuje nagrinėjama praktinė medžiaga, patarimai, kaip integruoti informuotumą apie patyčias internete į mokyklos programą (taip pat bendras mokinių ir tėvų veiklas), klausymynai, padedantys nustatyti elektronines patyčias, užduočių lapai apie informuotumo didinimą (kalbama apie patyčias elektroninėje erdvėje prieš joms įvykstant, jausmai ir emocijos, teigiami pavyzdžiai ir kt.) ir užduočių lapai apie bendravimą (ką sakyti ir ką daryti) su auka, smurtautoju, liudininkais ir tėvais. Visą medžiagą lydi supratimui ir apmąstymui skirti klausimai. Apšilimo veikla (atvejo analizė) yra skirta temos kontekstui pristatyti. Pagrindinė temos informacija pateikiama tekstu, diagramomis ir iliustracijomis. Supratimo ir refleksijos klausimai yra kiekvieno poskyrio pabaigoje. Pateikiamos nuorodos į papildomą medžiagą, šaltinius ir vaizdo įrašus, kuriuos būtų galima naudoti pagal poreikius.

Kiekvieno poskyrio pabaigoje pedagogai gali atsakyti į kelis klausimus, kad apmąstytų savo pažangą ir kaip gerai suprato poskyrio medžiagą.



### Apšilimas

Pažiūrėkite į šias citatas. Ar sutinkate su tuo, kas pasakytą?



„Jeigu įžeidinėjate žmones internete, turbūt esate bjaurus viduje.“ — Phil Lester

5. 1. Patarimai mokytojams, kaip integruoti mokymą apie elektronines patyčias į mokyklos programą (įskaitant bendras mokinių ir tėvų veiklas bei pamokų planus)



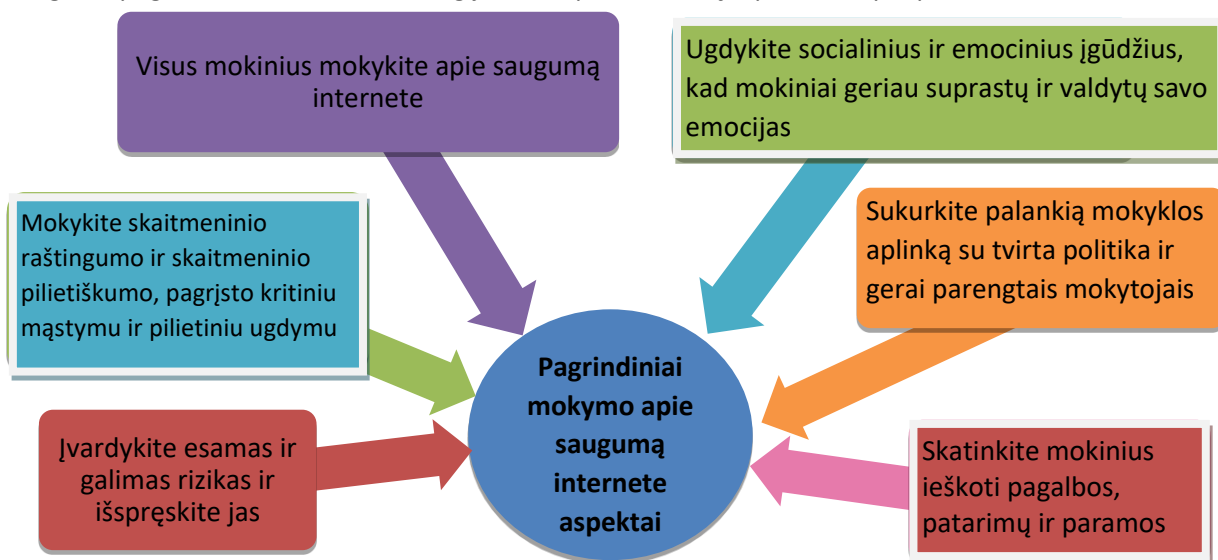
### Sužinokite

Mokymas kaip saugiai elgtis internete turėtų būti įtrauktas į įprastą mokymo programą, o ne kartą per metus organizuojamas papildomas užsiėmimas. Užsiėmimai, susiję su tinkamu interneto naudojimu ir

saugumu, yra naudingi ir aktualūs visose klasėse, nes šiuolaikinės technologijos tapo pagrindine mokyklos dalimi. Šios veiklos įtraukimas į mokymo programą gali sustiprinti tinkamo elgesio internete normų laikymąsi ir išspręsti susirūpinimą keliančius klausimus.

Veiksmingiausias mokyklos požiūris į saugumą internete – vertinti tai kaip visos mokyklos bendruomenės problemą. Taikant šį metodą, saugaus interneto problemos sprendžiamos pasitelkiant įvairias veiklas, pradedant diskusijomis, debatais, žaidimais, vaidmenų žaidimais ir t. t. visose mokymo programose, nepaisant mokomojo dalyko, kai vaikai naudoja šiuolaikines technologijas. Praktinis mokyklos požiūris skatina mokinių gerovę, dvasinį, moralinį, socialinį ir kultūrinį vystymąsi ir užkerta kelią galimai mokinių žalai.

Mokant saugiai elgtis internete kaupiamos žinios ir įgūdžiai visose mokymo programose. Mokymas apima techninius ir su tarpasmeniniais santykiais susijusius aspektus, reikalingus naršyti skaitmeninėje aplinkoje, saugiai ir pagarbiai naudotis technologijomis, atpažinti riziką ir pranešti apie problemas.



### Apmąstykite

1. Koks yra efektyviausias skaitmeninio ugdymo metodas? Kodėl? Ar kada nors įtraukėte mokymą apie saugumą internete į savo pamoką? Pasidalykite patirtimi.
2. Kokios yra pagrindinės kryptys integruojant skaitmeninį ugdymą į mokyklos programą? Perskaitykite šiuos patarimus ir palyginkite juos su savo siūlymais.

Pirmas žingsnis kuriant saugią mokyklos aplinką yra, naudojant internetinį saugos įsivertinimo įrankį, įsivertinti dabartinę praktiką, kad nustatytumėte stipriąsias ir silpnąsias vietas.

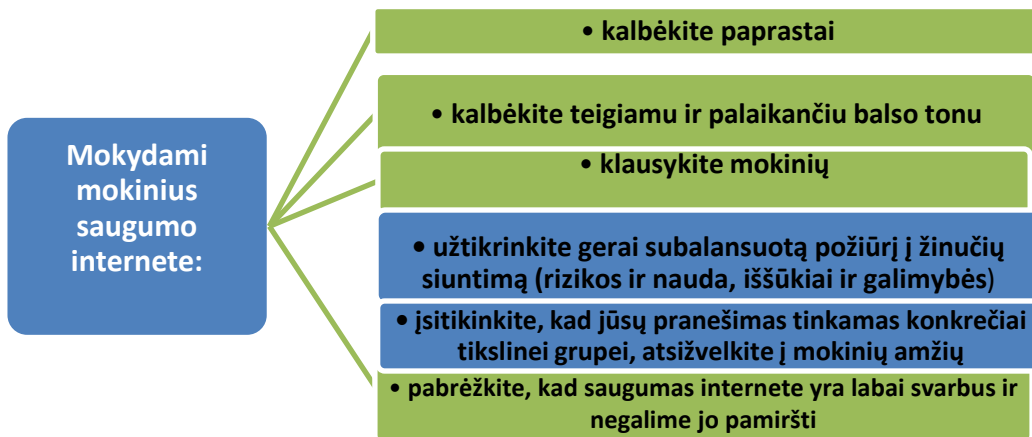
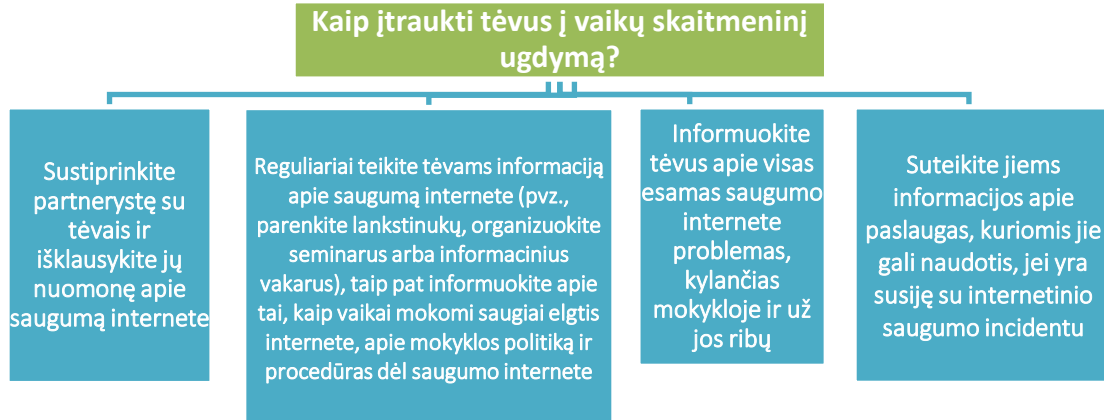
- **Suburkite darbuotojų komandą, kuri būtų atsakinga už saugą internete** ir būtų kontaktiniai asmenys kitiems darbuotojams, mokiniams ir tėvams pranešti apie saugumo problemas.
- **Užtikrinkite, kad mokyklos internetinės saugos procedūros būtų mokyklos teisinės sistemos ir politikos dalis** ir atitiktų nacionalinius įstatymus bei politiką (susijusius su vaikų apsauga, privalomu pranešimu, darbo sveikata ir sauga, privatumu, gerove, kova su patyčiomis ir elgesio valdymu).
- **Užtikrinkite, kad mokinių elgesys internete yra tinkamas**, kad jie žino savo teises ir pareigas bendraudami saugiose internetinėse bendruomenėse.

- Supažindinkite mokinius su **pagarbiu santykiu internete**, padėkite jiems nustatyti savo saugumo internete ribas ir išmokykite pagrindinių įgūdžių, reikalingų jaustis saugiam internete (t. y. kodėl prieš ką nors darant virtualiame pasaulyje svarbu Paklausti, Patikrinti ir Pagalvoti).
- Padėkite mokiniams **tobulinti bendravimo, problemų ir konfliktų sprendimo įgūdžius** internete ir ne tik. Padėkite jiems tapti geresniais ir palaikyti bendraamžius.
- Skatinkite mokytojus **įtraukti internetinės saugos koncepcijas** (mokinių teisės į skaitmeninę apsaugą, skaitmeninį aprūpinimą ir dalyvavimą skaitmeninėje erdvėje) į pamokų turinį, vykdant įvairias internetinio saugumo mokymo veiklas su bet kokio amžiaus mokiniais.
- Įtraukite mokinių amžių atitinkančias veiklas, skirtas didinti **mokinių informuotumą apie rizikas, iššūkius, naudą ir galimybes internete**. Be to, į pamokos planą įtraukite veiklą, padedančią mokiniams **mokyti ieškoti ir prašyti pagalbos**.
- **Įtraukite mokinius į internetinių saugos programų kūrimą ir įgyvendinimą**. Jie gali pateikti reikalingų pavyzdžių iš asmeninės naudojimosi internetu patirties. Šiuos pavyzdžius galėsite panaudoti mokymo(si) procese.
- Apsvarstykite galimybę **sukurti bendruomenę su kitomis mokyklomis**, kad galėtumėte dalytis pasiekimais ir iššūkiais bei kartu ieškoti geriausių būdų, kaip mokyti saugaus elgesio internete.



### Apmąstykite

1. Kaip įtraukti tėvus į vaikų skaitmeninį ugdymą?
2. Perskaitykite šiuos patarimus ir palyginkite juos su savo siūlymais.





**Veiklos pradinės mokyklos mokiniams**

Veikla	Aprašymas
<b>Saugus nuorodų atidarymas</b>	Paašškinkite vaikams, kad internetas yra puiki vieta rasti daug įdomių dalykų. Ši pirmoji veikla skirta ieškoti informacijos internete ir atidaryti saugias nuorodas. Eikite į svetainę <a href="https://kids.nationalgeographic.com/animals/">https://kids.nationalgeographic.com/animals/</a> ir parodykite, kaip ieškoti informacijos apie gyvūną spustelėdami kai kurias nuorodas. Paašškinkite, kad svetainėje esantį tekstą ir vaizdus galima spustelėti, norint sužinoti daugiau informacijos. Spustelėkite kategoriją „Žinduoliai“. Pereisite į kitą puslapį, kuriame daugiausia dėmesio skiriama įvairiems žinduoliams. Slinkite pele iki Afrikos dramblio aprašymo. Paašškinkite mokiniams, kad saugu atidaryti nuorodas ir paveikslėlius, kuriuos rekomenduoja patikimi suaugusieji. Skatinkite vaikus rasti informacijos apie jų mėgstamus gyvūnus.
<b>Lėlininkas ir lėlė</b>	Papasakokite mokiniams trumpą pasaką, kurią gerai žinote (pvz., apie Raudonkepuraite), naudodami lėlę. Nufilmuokite, kaip pasakojate istoriją, kai kadre yra tik lėlė. Kai baigsite, filmą parodykite mokiniams. Paklauskite, kokį skirtumą mokiniai jautė, kai stebėjo jus pasakojantį gyvai ir lėlę ekrane. Klausydami gyvai pasakojamos istorijos jie mato ir lėlininką, ir lėlę. O žiūrėdami vaizdo įrašą mato tik tai, ką lėlininkas nori, kad mokiniai matytų. Paašškinkite, kad taip gali nutikti ir internete – jiems nesuteikiama visa informacija, jie nemato viso vaizdo ir turi patys ieškoti trūkstamų dalių.
<b>Paieška internete</b>	Šios veiklos tikslas – imituoti tai, ką mokiniai darys arba turėtų daryti namuose: naršyti internete su suaugusiuoju, bet pasirinkti informaciją, kurią gauna. Pristatykite tokį scenarijų: jūs nuėjote į draugo gimtadienį ir valgėte vaisių, kurio pavadinimo nežinote. Pasakykite mokiniams, kad vaisiaus pavadinimą jie turi sužinoti naudodamiesi internetu. Apsvarstykite pagrindines vaisiaus ypatybes: didelis, spygliuotas, kietas išorinis apvalkalas, aštrus kvapas, į kremą panašus minkštumas su didelėmis sėklomis. Naudokite vaikams saugias paieškos sistemas ( <i>Kiddle</i> , <i>KidRex</i> arba <i>KidzSearch</i> ) ir ieškokite. Pabrėžkite, kaip greitai radote tai, ko ieškojote.



**Veiklos pagrindinės mokyklos mokiniams**

Veikla	Aprašymas
<b>Elektroninių patyčių termometras</b>	Mokiniai mokosi įvairių elektroninių patyčių elgesio tipų. Tai leis jiems suprasti, koks yra priimtinas ir nepriimtinas elgesys internete. Mokytojas pradeda diskusiją apie patyčių internete pasekmes. Mokiniai gauna korteles, iliustruojančias elektroninių patyčių rūšis, ir atpažįsta jas grupėse; jie aptaria tai, kas vaizduojama kortelėse, ir suskirsto nuo mažiausiai iki labiausiai žalingos patyčių rūšies.

<p><b>Elektroninės patyčios – kas tai?</b></p>	<p>Mokiniai sužino apie įvairias elektroninių patyčių rūšis. Jie dirba grupėse, aptaria įvairius elektroninių patyčių būdus. Mokytojas kiekvienai komandai duoda po tuščių kortelių rinkinį. Paprašykite jų vienoje kiekvienos kortelės pusėje užrašyti elektroninių patyčių tipą. Aptarkite su visa klase ir paprašykite sukurti elektroninių patyčių apibrėžimą grupėse ir pasidalyti juo su visais. Paprašykite mokinių pagalvoti, kodėl žmonės taip daro, ir parašyti tai kitoje kortelės pusėje. Aptarkite su visa klase.</p>
<p><b>Didžiausias kovos su elektroninėmis patyčiomis herojus</b></p>	<p>Daugelis žmonių tiesiog žiūri, kai kas nors patiria patyčias internete. Mokiniai tyrinėja liudininko vaidmenį elektroninėse patyčiose ir kaip jie gali padėti užkirsti kelią patyčioms elektroninėje erdvėje. Aptarkite šiuos klausimus: kas yra liudininkas? Ar manote, kad liudininkai gali nereaguoti, kai mato, kad kiti patiria elektronines patyčias? Kaip jaustumėtės, jeigu matytumėte, kad kiti tyčiojasi? Ką darytumėte? Ką liudininkai gali padaryti, kad sustabdytų patyčias savo mokykloje? Mokiniai suskirstomi į grupes po maždaug 8. Kiekviena grupė gauna dėžutę spalvotų pieštukų ir didelį popieriaus lapą. Jie turi nupiešti Didžiausią herojų, kuris visada gali SUSTABDYTI ELEKTRONINES PATYČIAS! Jie turėtų sugalvoti herojui vardą ir nupiešti, kaip, jų nuomone, jis atrodytų. Popieriaus lapo šone mokiniai išvardija svarbiausias superherojaus savybes, pavyzdžiui, tuos dalykus, dėl kurių šis asmuo gali atsispirti elektroniniam smurtui. Paprašykite kiekvienos grupės pasidalyti savo herojumi ir kai kuriomis jo savybėmis. Iškabinkite piešinius ir suorganizuokite ekskursiją po galeriją.</p>



**Internetete pateikiamų pamokų planų apie elektronines patyčias pavyzdžiai**

Pavadinimas	Amžiaus grupė	Tikslai	Aprašymas ir nuoroda
Supratimo apie elektronines patyčias pamokos	Paaugliai	Didinti informuotumą apie patyčias elektroninėje erdvėje ir tai, kaip jos veikia žmones kasdien	Egzistuoja daugybė patyčių elektroninėje erdvėje rūšių. Šiose pamokose nagrinėjami elektroninių patyčių tipai, mokiniai skatinami aptarti šias rūšis, jų reikšmę ir poveikį.  NUORODA: <a href="https://4-h.ca.uky.edu/sites/4-h.ca.uky.edu/files/stc11_bullying_program.doc_1.pdf">https://4-h.ca.uky.edu/sites/4-h.ca.uky.edu/files/stc11_bullying_program.doc_1.pdf</a>
Elektroninių patyčių pamokų planai	Paaugliai	Supažindinti mokinius su rizika internete	Mokiniai žaidžia žaidimus ir padeda veikėjams spręsti problemas, su kuriomis jie susiduria internete.  NUORODA: <a href="https://mediasmarts.ca/teacher-resources/find-lesson?grade=All&amp;topic=56&amp;province=All&amp;x=31&amp;y=15&amp;m=presset&amp;home=1&amp;ajax=1">https://mediasmarts.ca/teacher-resources/find-lesson?grade=All&amp;topic=56&amp;province=All&amp;x=31&amp;y=15&amp;m=presset&amp;home=1&amp;ajax=1</a>

<b>Savaitė be pravardžių</b>	Visos	Kaip sukurti mokyklos kultūrą	Mokiniai užsiima veikla, kuria siekiama išmokyti juos turėti savo nuomonę, sakyti tiesą ir kurti stipresnę bendruomenę mokykloje.
			NUORODA: <a href="https://www.glsen.org/no-name-calling-week">https://www.glsen.org/no-name-calling-week</a>
<b>Sąmoningumo didinimas – suvienyti jėgas kovojant su elektroninėmis patyčiomis mokyklose</b>	Visos	Didinti informuotumą apie elektronines patyčias	Šie pamokų planai teikia mokytojams naudingos medžiagos (vaizdo įrašų) ir parodo kelis būdus, kaip įtraukti mokinius į pamoką, siekiant bendrauti ir pradėti dialogą, ypač skatinant juos įgyvendinti savo idėją. Pagrindinės mintys yra tokios: 1. kiekvienas yra atsakingas už tai, kad patyčios būtų sustabdytos, apie jas pranešta, kad būtų sumažinta žala; 2. empatija yra pagrindinis dalykas: jei įsijaustume į tai, ką patiria auka, suprastume, kad nėra jokio pasiteisinimo nekovoti su elektroninėmis patyčiomis.
			NUORODA: <a href="https://socialna-akademija.si/joiningforces/category/joining-forces-to-combat-cyberbullying-in-schools/chapter-6-awareness-raising/">https://socialna-akademija.si/joiningforces/category/joining-forces-to-combat-cyberbullying-in-schools/chapter-6-awareness-raising/</a>



### Apmąstykite

1. Kokias veiklas vykdėte? Kaip mokiniai jas priėmė? Kaip jie jautėsi?
2. Kaip ši veikla padėjo jūsų mokiniams? Pasidalykite patirtimi su kolegomis.



### Gerosios praktikos pavyzdžiai

Gerosios praktikos pavyzdžiai, padedantys užkirsti kelią elektroninėms patyčioms arba su jomis kovoti

<b>Pavadinimas</b>	<b>Suvieniję pajėgas kovojant su elektroninėmis patyčiomis mokyklose</b>
<b>Šalis</b>	Slovėnija
<b>Dalyviai</b>	Mokiniai, mokyklos darbuotojai ir tėvai
<b>Nuoroda</b>	<a href="https://socialna-akademija.si/joiningforces/category/joining-forces-to-combat-cyberbullying-in-schools/chapter-6-awareness-raising/">https://socialna-akademija.si/joiningforces/category/joining-forces-to-combat-cyberbullying-in-schools/chapter-6-awareness-raising/</a>
<b>Trumpas aprašymas</b>	Šiuo projektu siūlomas holistinis požiūris. Projektą sudaro keturios veiklos: informuotumo didinimas, nekaltinimo metodas, tarpininkavimo klubai ir kūrybiškumo grupės. Tikslinės projekto grupės yra trys (labiausiai susijusios su elektroninėmis patyčiomis mokyklos aplinkoje): mokiniai, mokyklos darbuotojai ir tėvai.
<b>Kodėl tai veikia?</b>	Naudojant įvairias strategijas, skatinančias sąveiką ir dialogą, mokiniai skatinami turėti savo nuomonę ir prisidėti prie idėjų, kaip išspręsti problemas.



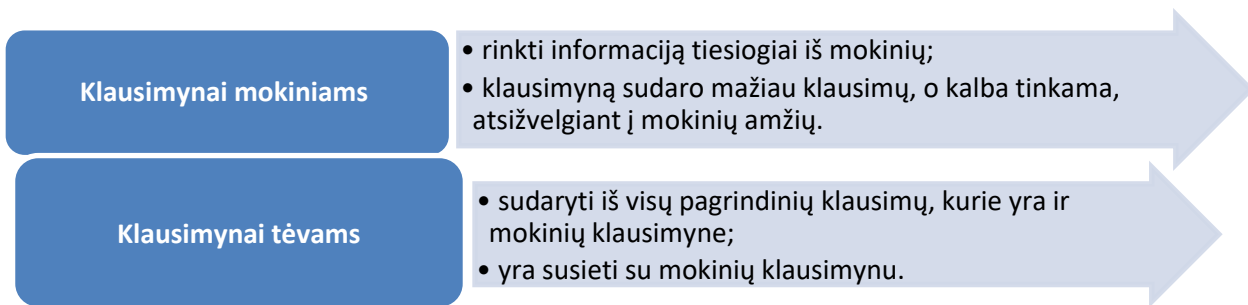
<b>Pavadinimas</b>	<b>Interneto valanda</b>
<b>Šalis</b>	Rumunija
<b>Dalyviai</b>	Tėvai, mokytojai ir specialistai
<b>Nuoroda</b>	<a href="https://oradenet.ro/despre-proiect">https://oradenet.ro/despre-proiect</a>
<b>Trumpas aprašymas</b>	Organizacija „Gelbėkit vaikus!“ siūlo mokymus ir plėtoja edukacinius išteklius tėvams, mokytojams ir specialistams. Jie pataria jauniems žmonėms ( <a href="https://oradenet.ro/ctrl-ajutor">https://oradenet.ro/ctrl-ajutor</a> ), atsako į jų klausimus, susijusius su internetu ir technologijų naudojimu. Jie taip pat siūlo pranešimų liniją ( <a href="https://oradenet.ro/esc-abuz">https://oradenet.ro/esc-abuz</a> ), kurioje jaunimas gali pranešti apie neteisėtą turinį, rastą Rumunijos tinklalapiuose, ir padėti kurti saugesnį internetą. Organizacija remiasi plačiu savanorių – mokytojų ir su vaikais dirbančių specialistų – tinklu, įgyvendinančiu švietėjišką veiklą nacionaliniu mastu.
<b>Kodėl tai veikia?</b>	Teikia mokiniams patarimus, konsultacijas ir paramą.

<b>Pavadinimas</b>	<b>eSafety geriausios saugaus interneto mokymo praktikos pagrindai</b>
<b>Šalis</b>	Australija
<b>Dalyviai</b>	Mokytojai, tėvai, mokiniai
<b>Nuoroda</b>	<a href="https://www.teachermagazine.com/au_en/articles/teacher-resources-effective-online-safety-education-in-schools">https://www.teachermagazine.com/au_en/articles/teacher-resources-effective-online-safety-education-in-schools</a>
<b>Trumpas aprašymas</b>	Tai teikia mokytojams naudingų apmatų, praktinės medžiagos, išteklių ir atvejų analizę, padedančių jauniems žmonėms saugiai naršyti internete. Sistema suskirstyta į penkis segmentus: 1. mokinių teisės ir pareigos; 2. atsparumas ir rizika; 3. veiksmingas visos mokyklos požiūris; 4. integruota ir specifinė mokymo programa; 5. nuolatinis tobulinimas per peržiūrą ir įsivertinimą.
<b>Kodėl tai veikia?</b>	Tai padeda mokytojams organizuoti saugaus elgesio internete mokymą ir sukurti saugesnę internetinę aplinką mokyklos bendruomenei.

## 5.2. Klausimynai elektroninėms patyčioms atpažinti



Klausimynai yra tyrimo instrumentai, naudojami duomenims rinkti; jie sutelkia dėmesį į problemas, kurias mokslininkai siekia užfiksuoti arba įvertinti, kad imtųsi būtinų veiksmų, nustatymą. Elektroninių patyčių klausimynai ir apklausos yra ilgos, nes apima visus pagrindinius reiškinių aspektus; jais siekiama išmatuoti agresijos internete paplitimą ir dažnumą, elektroninių patyčių įžeidimus, kokiais kanalais mokiniai dažniausiai naudojasi, kai tyčiojasi ar patiria patyčias elektroninėje erdvėje, įžeidžiančių žinučių tipus ir turinį, mokyklos politiką, drausmę, sąmoningumą ir kovos su patyčiomis procedūrų įgyvendinimą, konfidencialumo ir saugumo klausimus, mokinių nuomonę apie elektroninių patyčių prevenciją ir mažinimą, mokinių požiūrį į tai, kaip mokyklos gali geriausiai susidoroti su patyčiomis elektroninėje erdvėje ir kt. Rezultatai suteikia neįkainojamos informacijos, pagrindžiančios galimas kovos su patyčiomis internete programas. Klausimynuose pateikiami klausimai gali būti pritaikyti skirtinguose kontekstuose, siekiant nustatyti reiškinį, identifikuoti konkrečius mokinius ir užtikrinti saugią bei sveiką mokymosi aplinką mokykloje.



<b>Klausimynai apie elektronines patyčias mokiniams suteikia galimybę pedagogams:</b>	<b>Klausimynai apie elektronines patyčias tėvams suteikia galimybę pedagogams:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sužinoti, ką mokiniai žino apie elektronines patyčias;</li> <li>• sužinoti, kaip mokiniai jaučiasi mokykloje;</li> <li>• suprasti priežastis, kodėl kai kurie mokiniai tyčiojasi iš kitų;</li> <li>• nustatyti veiksnius, skatinančius patyčias elektroninėje erdvėje mokyklose;</li> <li>• sužinoti šeimos istoriją arba apie smurtą, dėl kurio mokiniai pradeda tyčiotis iš kitų;</li> <li>• gauti prasmingų įžvalgų apie mokinių elgesį ir kokių veiksmų imtis jam taisyti;</li> <li>• sužinoti mokinių reakciją, kai jie mato elektronines patyčias;</li> <li>• sužinoti mokinių nuomonę, susijusią su elektroninėmis patyčiomis;</li> <li>• išsiaiškinti, ar mokiniai kada nors buvo susidūrę su elektroninėmis patyčiomis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• išsiaiškinti, ką tėvai žino apie elektronines patyčias;</li> <li>• sužinoti, kaip tėvai elgiasi susidūrę su elektroninėmis patyčiomis;</li> <li>• išsiaiškinti, ar tėvai nustato vaikams naudojimosi internetu taisykles ir kokios jos yra;</li> <li>• didinti tėvų informuotumą apie patyčias internete;</li> <li>• didinti tėvų supratimą apie bendravimo su atžalomis efektyvumą, apie taisykles, kurias nustato savo vaikams;</li> <li>• sužinoti apie tėvų pastangas sustabdyti elektronines patyčias;</li> <li>• įgyti įžvalgų apie tėvų ir vaikų tarpusavio bendravimą elektroninių patyčių tema.</li> </ul>



**Klausimyno pavyzdys**

Žemiau pateiktą klausimyną sudaro klausimai, atskleidžiantys mokinių arba tėvų žinias apie elektronines patyčias, taip pat su šiuo reiškiniu susijusią asmeninę patirtį. Klausimai gali būti atrenkami ir jų kalba supaprastinama, atsižvelgiant į apklausos tikslus ir respondentų amžių.

**a. Klausimai apie bendrąsias žinias apie elektronines patyčias:**

1. *Kaip jūs suprantate, kas yra elektroninės patyčios?*

2. *Ar manote, kad tai didelė problema? Kodėl?*

3. *Kas yra:*

*smurtautojai:*

*aukos:*

*liudininkai:*

4. *Kokia gali būti elektroninių patyčių forma? Kaip tyčiojama iš žmonių elektroninėje aplinkoje?*

*Pasirinkite:*

- iš žmonių šaipomasi internetu;

- žmonės gauna įžeidžiančias žinutes, apie juos skleidžiami gandai ir paskalos;

- kažkas apsimeta jais ir skelbia įrašus jų vardu;

- žmonės pašalinami iš internetinių grupių;

- žmonės įsitraukia į virtualų konfliktą;

- žmonės skleidžia medžiagą, nuotraukas, kurios kenkia kito žmogaus reputacijai;

- kita?

5. *Kur tai vyksta?*

- namuose;

- mokykloje;

- per kompiuterius ir mobiliuosius įrenginius;

- el. paštu, žinutėmis, per kompiuterinius žaidimus, socialinius tinklus.

6. *Kodėl žmonės tyčiojasi iš kitų?*

7. *Kaip žmonės reaguoja?*

*Smurtautojai:.....*

*Aukos: .....*

*Liudininkais:.....*

8. *Ar žmonės praneša apie elektronines patyčias? Kas praneša?*

Auka

Bendraamžis

Tėvai

Mokytojai

Smurtautojas

9. *Kam žmonės praneša apie elektronines patyčias? Kaip?*

10. *Kaip išvengti elektroninių patyčių ir būti saugiems internete?*

11. *Koks yra geriausias būdas sustabdyti elektronines patyčias, kai tik jos įvyksta?*

12. *Perskaitykite ir atsakykite į žemiau pateiktus klausimus. Taip ar ne?*

Ar mokiniai turėtų turėti teisę sakyti ir daryti internete viską, kas jiems patinka?

Ar mokiniai turėtų galėti naršyti internete be apribojimų?

Jei mokiniai ką nors nufotografuoja, ar jiems reikia to asmens leidimo paskelbti nuotrauką internete?

Ar manote, kad jūsų mokyklos mokiniai internete jaučiasi saugiai, patogiai ir gali informuoti patikimą suaugusįjį apie elektronines patyčias?

Ar jūsų mokyklos mokiniai mokomi naudotis kompiuteriu ir internetu saugiai?  
Ar jūsų mokyklos mokiniai mokomi atpažinti elektronines patyčias ir grėsmes internete?  
Ar jūsų mokyklos mokiniai mokomi tinkamai reaguoti į elektronines patyčias?  
Ar jūsų mokyklos mokytojai žino, kaip atpažinti elektroninių patyčių problemas?  
Ar jūsų mokyklos mokytojai žino, kaip tinkamai įsikišti / padėti mokiniui, susidūrusiam su elektroninėmis patyčiomis?  
Ar jūsų mokykla turi oficialią elektroninių patyčių prevencijos, tyrimo ir stabdymo tvarką ar politiką?  
**12. Kokios organizacijos gali padėti elektronines patyčias patiriančiam asmeniui?**

**b. Klausimai apie asmeninę patirtį:**

**13. Ar per pastaruosius 3 metus patyrėte elektroninių patyčių? Jei ne, ar girdėjote apie ką nors savo mokykloje, kam taip nutiko?**

*Kas įvyko?*

- ar iš ko nors buvo pasijuokta internete, ar jie gavo įžeidžiančių žinučių, ar buvo paskleistos paskalos apie juos?
- ar kas nors apsimetė kitu mokiniu ir paskelbė įrašą jo vardu?
- ar kuris nors iš jūsų bendraamžių buvo pašalintas iš internetinės grupės?
- ar kas nors dalyvavo virtualiame konflikte, ar kas nors skleidė medžiagą, kuri kenkė kito mokinio reputacijai?

*Ar mokiniai žinojo, kas iš jų tyčiojosi?*

*Kokia forma tai buvo?*

*Kur tai vyko?*

*Ar jie papasakojo apie tai savo tėvams? Ar pasakė mokytojams?*

*Ar papasakojo bendraamžiams?*

*Kaip mokiniai reagavo į elektronines patyčias? Kaip jie dėl to jautėsi?*

*Ar kas nors bandė jiems padėti?*

*Kaip jūs bandėte tai sustabdyti?*

*Jei iš jūsų būtų tyčiojama elektroniniu būdu, kaip apie tai praneštumėte?*

**14. Jei tėvai įtaria, kad jų vaikas tyčiojasi iš kitų arba kažkas tyčiojasi iš jo, ką jie turėtų daryti?**



**Apmąstykite**

Ar kada nors pildėte klausimyną apie elektronines patyčias? Kodėl? Ar išvados padėjo sukurti geresnę atmosferą klasėje? Kaip? Pasidalykite patirtimi su kolegomis.

Kokie yra pagrindiniai elektroninių patyčių klausimynų pranašumai?

### 5.3. Užduočių lapai ir dalomoji medžiaga informuotumui apie elektronines patyčias didinti

Kalbėjimas apie elektronines patyčias prieš joms įvykstant / jausmai ir emocijos, naudojamos užkertant kelią elektroninėms patyčioms / teigiamų sektinų modelių vaidmuo.



**Sužinokite**



Aptarkite su mokiniais jų naudojimąsi socialiniais tinklais ir amžiaus ribas. Labai svarbu kalbėtis su vaikais apie saugumą internete, nes daugelis jų namuose naudoja įvairias technologijas dar net nepradėję lankyti mokyklos. Technologijos tampa neatsiejama vaikų gyvenimo dalimi; tai juos linksmina, įtraukia ir motyvuoja. Pokalbiai apie technologijas neturėtų apsiriboti vien informacinių technologijų pamokomis. Saugos patarimai jaunesniems vaikams turi būti atitinkantys amžių, paprasti ir suprantami. Svarbu mokytis saugiai naudotis socialiniais tinklais ir paaiškinti, kodėl amžiaus ribos yra svarbios. Dauguma socialinių tinklų nėra skirti naudoti jaunesniems nei 13 metų vaikams. Svarbu laikytis bet kurios svetainės naudojimo taisyklių ir registruotis pagal tinkamą amžių, nes dažnai jaunesniems asmenims taikomi aukštesni saugos lygiai. Jei svetainė aptiks nepilnamečių vartotojų, šias paskyras ištrins.

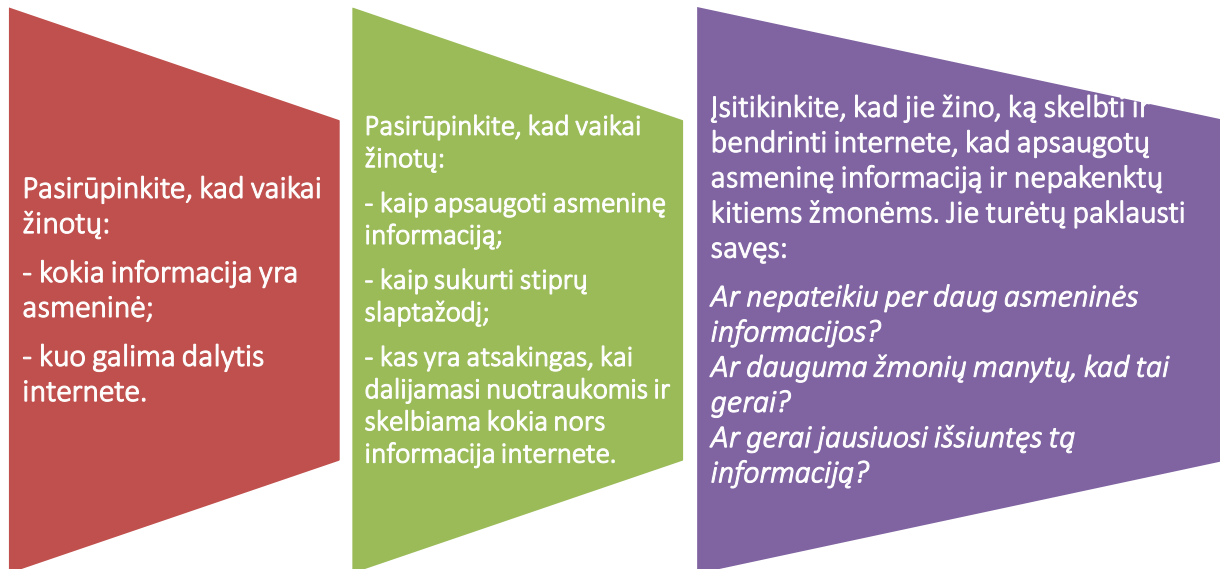


### **Užduočių lapai ir dalomoji medžiaga**

#### **Klausimai, kuriuos galite užduoti mokiniams, kad sužinotumėte jų nuostatas apie internetą**

1. Kam naudojate technologijas? Kaip tai jums padeda?
2. Kiek valandų praleidžiate internete? Kiek valandų rekomenduojama? Kokią riziką kelia pernelyg didelis laiko praleidimas internete? Ką patartumėte daryti draugui, kuris per daug laiko praleidžia internete?
3. Ką jums patinka žiūrėti ir sužinoti internete?
4. Kokiai veiklai naudojate išmaniuosius įrenginius: žaidimams žaisti, nuotraukoms, knygoms skaityti, skambinti, naršyti internete, klausytis muzikos, žiūrėti *Youtube* klipus, siųsti žinutes, naudotis socialiniais tinklais, kita...
5. Kur ieškote informacijos ir kam ją naudojate?
6. Ar naudojate socialiniais tinklais? Kokiose svetainėse lankotės? Kokia yra mėgstamiausia? Ar žinote, kad yra amžiaus riba? Kaip manote, kodėl ji reikalinga?
7. Koks yra jūsų mėgstamiausias internetinis žaidimas? Kokie žaidimų privalumai? Kokia yra pernelyg ilgo žaidimo rizika? Kaip manote, ar kai kurie žaidimai kelia didesnę riziką nei kiti? Kodėl? Ar tėvai stebi jus žaidžiančius? Ar diskutuojate su jais apie tai?

Prieš vaikams pradėdant naudotis socialiniais tinklais, svarbu, kad jie įgytų įgūdžių, kaip saugiai ir atsakingai naudotis internetu.



Sužinokite, ką jie mėgsta veikti internete. Tai gali apimti žaidimus, kuriuos jie žaidžia, naudojamas paslaugas ir žmones, su kuriais bendrauja, populiariausius socialinius tinklus, svetaines. Išsiaiškinkite jaunesniems vartotojams prieinamas privatumo parinktis bei blokavimo funkcijas.

**Jaunesni mokiniai.** Prilygtinai reikalaukite, kad jie naudotųsi vaikams skirtomis paieškos sistemomis (*Kiddle, Kido'z, KidRex*), nuorodomis, kurias duoda pedagogai, arba gautų tėvų leidimą.

**Vyresni vaikai.** Kai vaikai yra 13 metų ar vyresni ir savarankiškai naudojami socialiniais tinklais, svarbu, kad jie nurodytų teisingą amžių. Socialinių tinklų svetainės dažnai turi papildomų apsaugos lygių 13–18 metų vartotojams, įskaitant tai, kas gali peržiūrėti jų profilį, siųsti kvietimą draugauti ir pan. Jei vaikas registruodamasis nurodė, kad jam, pavyzdžiui, 20 metų, jis neturės naudos iš minėtų papildomų saugumo funkcijų. Nepamirškite, kad atviras jūsų ir vaikų, su kuriais dirbate, bendravimas yra tikrai vertingas ir suteiks jiems pasitikėjimo prireikus kreiptis pagalbos.



### **Užduočių lapai ir dalomoji medžiaga – Saugumas internete**

#### **Pradinių klasių vaikų saugumas internete**

<b>Pradinukai</b>	
<b>Būti saugiams internete</b>	<p>Kodėl saugumas internete yra svarbus?</p> <p>Kaip būti saugiams internete?</p> <p>Kas yra asmeninė informacija?</p> <p>Kas gali nutikti, jei pasidalysite asmenine informacija internete?</p> <p>Kokia asmenine informacija galite dalytis? Kokia asmeninė informacija turėtų būti privati?</p> <p>Kaip sukurti stiprų slaptažodį?</p> <p>Ar galite dalytis nuotraukomis?</p>
<b>Kas yra asmeninė informacija?</b>	<i>Kuriuos iš toliau pateiktų patarimų naudotumėte, kad apsaugotumėte savo asmeninę informaciją?</i>

	<p>vardas, slapyvardis arba pseudonimas; pomėgiai be jokių konkrečių duomenų, tokių kaip klubo pavadinimas; tik nuotraukos, kuriose negalima atpažinti konkrečių detalių, pvz., be mokyklinės ar sportinės uniformos; mėgstami ir nemėgstami, pavyzdžiui, filmai ar maistas; pilnas vardas; pilni draugų ar šeimos narių vardai; gimimo data; mokyklos arba klubų / komandų pavadinimai; nuotraukos, kuriose galima lengvai jus atpažinti, pvz., su mokyklos uniforma; namų adresas ir telefono numeris.</p>
<p><b>Stipraus slaptažodžio kūrimas</b></p>	<p><i>Aptarkite, kada naudojate slaptažodį?</i> <i>Kaip manote, kas gali nutikti, jei kas nors sužinotų jūsų slaptažodį?</i> <i>Ar jūsų slaptažodis silpnas ar stiprus? Kaip tai žinote?</i> <i>Kuriuos iš toliau pateiktų patarimų naudotumėte norėdami turėti patikimą slaptažodį?</i></p> <p>Naudokite nuo 12 iki 20 simbolių – ilgesni slaptažodžiai yra stipresni. Naudokite žodžių derinį, kuris nėra nuspėjamas, bet kurį galite atsiminti. Slaptažodžiuose nenaudokite naminių gyvūnėlių vardų, gimimo datų, šeimos ar draugų vardų, mėgstamų maisto produktų, spalvų ar dainininkų. Nenaudokite žodžių derinio, kurį lengva įsiminti, pvz., „ilovehiking“, arba pasikartojančių simbolių sekų, pvz., „aaaaa“ arba „123456“. Nenaudokite žinomų citatų, kurias gali būti lengva atspėti. Nesakykite savo slaptažodžio kitiems, net ir draugams. Nelaikykite jų savo išmaniajame įrenginyje, nebent tai būtų slaptažodžių tvarkytuvė, kuri saugo juos šifratoje duomenų bazėje.</p>
<p><b>Internetiniai draugai</b></p>	<p>Aptarkite šiuos klausimus apie tai, kas yra geras internetinis draugas: <i>Ar gerai bendrauti su žmogumi, kurio nesate sutikę asmeniškai?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jei turime bendrų draugų, gerai;</li> <li>• nežinau;</li> <li>• taip, man patinka turėti daug draugų;</li> <li>• ne, jei nepažįstu žmogaus, gali kilti problemų.</li> </ul> <p><i>Su kuo saugu bendrauti internete:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• su žmonėmis, kuriuos gerai pažįstu;</li> <li>• su mokyklos draugais;</li> <li>• su draugų draugais;</li> <li>• nepažįstamaisiais, kurie pakvietė draugauti.</li> </ul> <p><i>Ką manote apie prašymo draugauti priėmimą iš nepažįstamo žmogaus?:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tai rizikinga;</li> <li>• kodėl gi ne;</li> <li>• paklausiu tėvų.</li> </ul> <p><i>Kaip žinoti, ar su kuo nors kalbėti yra nesaugu?:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. prašo padaryti paslaugų;</li> <li>b. kviečia susitikti gyvai;</li> <li>c. prašo atsiųsti nuotraukų arba vaizdo įrašų;</li> </ol>

	<p>d. siūlo dovanų. <i>Jei kas nors internete paprašytų jūsų padaryti kažką, ko nenorite, ką darytumėte? Išvardykite veiksmus, kurių imtumėte, jeigu taip nutiktų.</i> atsijungčiau; pasakyčiau suaugusiajam; užblokuočiau; praneščiau. <i>Ką patartumėte daryti draugui prieš priimant prašymą draugauti? Pažymėkite j kuriuos internetinio draugo, kurio nepažįstate, klausimus atsakytumėte:</i> Ar turi augintinį? Į kokią mokyklą eini? Koks tavo mėgstamiausias metų laikas? Kokių pomėgių turi? Ar tavo tėvai pasiima tave iš mokyklos? Kur tu gyveni? Kokia muzika tau patinka?</p>
<p><b>Dalijimasis nuotraukomis ir vaizdo įrašais</b></p>	<p>Klausimai diskusijai <i>Ką daryti, jei vienas iš jūsų internetinių draugų paprašys jūsų internete pasidalyti nuotraukomis?:</i> turiu teisę pasakyti „ne“; jokių problemų, jeigu tai yra privatus įrašas ir graži nuotrauka, kuria esu patenkintas; pasikalbėčiau su suaugusiuoju, kuriuo pasitikiu, jei asmuo primygtinai reikalauja ir man gėda. <i>Į ką kreiptumėtės pagalbos, jei jūsų internetinis draugas primygtinai reikalauja jūsų dalytis savo nuotraukomis ir jums tai nepatinka?</i> šeimos narį, pavyzdžiui, vieną iš tėvų, tetą ar dėdę, vyresnį brolių arba seserį; trenerį arba muzikos mokytoją; draugo mamą; mėgstamiausią mokytoją; kaimyną. <i>Ką darytumėte?</i> patikrinčiau saugumo, privatumo ir kitus nustatymus; ištrinčiau tą žmogų iš draugų sąrašo; užblokuočiau jį ir praneščiau. <i>Dėl kokio tipo turinio turėtumėte gerai pagalvoti prieš keldami tai į internetą?</i> nemalonius komentarus; bjauri šeimos nario nuotrauka; vaizdo įrašas, kuriame draugas šoka (negavus draugo sutikimo juo dalytis). <i>Su kuo turėtumėte dalytis turiniu ir vaizdais?</i> Draugai, šeima, pažįstami žmonės. <i>Kada galite dalytis tuo, kas jums nepriklauso?</i> tik jei turiu kitų žmonių leidimą; bet kada. <i>Kaip kontroliuojate, kas matys tai, ką bendrinate internete?</i></p>



	<p>koreguoju savo privatumo nustatymus; pasakau žmonėms, kaip jaučiuosi, kai mano nuotraukomis dalijamasi su kitais. <i>Ką skelbiate, bendrinatė ar ištrinate?</i></p> <p>a. šeimos atostogų nuotrauką, kurią norite parodyti savo artimiems draugams; b. bjaurią draugo nuotrauką; c. gerą savo draugo nuotrauką, kuria jis nėra labai patenkintas.</p>
--	--

## Vidurinių mokyklų mokinių saugumas internete

<b>Vidurinių mokyklų mokiniai</b>	
<b>Būti saugiams internete</b>	<p>Kodėl saugumas internete yra svarbus? Kaip būti saugiams internete? Kas yra asmeninė informacija? Kas gali nutikti, jei pasidalysite asmenine informacija internete? Kokia asmeninė informacija galite dalytis? Kokia asmeninė informacija turėtų būti privati? Kaip galime apsaugoti savo asmeninę informaciją? Kaip sukurti stiprų slaptažodį? Ar žinote, kaip saugiai naudotis išmaniaisiais įrenginiais? Nespauskite įtartinų nuorodų ar priedų el. laiškuose, įsigykite antivirusinę ir interneto saugos programinę įrangą, atsijunkite nuo svetainių, kai tik baigiate jomis naudotis.</p>
<b>Svarbiausi patarimai, padėsiantys 13–18 metų mokiniams išnaudoti visas socialinių tinklų teikiamas galimybes</b>	<p>Apsaugokite jų reputaciją internete: skatinkite mokinius pagalvoti prieš skelbiant kokį nors įrašą ar dalijantis nuotrauka, raginkite juos naudoti saugos nustatymus, padedančius valdyti buvimą skaitmeninėje erdvėje. Sužinokite, kokia jų auditorija. Savo socialinių tinklų profilius galima nustatyti kaip privačius arba tokius, kuriuos matys tik draugai. Tai suteikia prieigą tik tiems, kuriems leidžiama matyti. Saugokite asmeninę informaciją.</p>
<b>Asmeninės informacijos apsauga</b>	<p>Sukurkite stiprų slaptažodžius. Naršydami internete atsijunkite nuo socialinių tinklų ir el. pašto. Pateikite kuo mažiau asmeninės informacijos. Venkite naudoti savo vardą ir pavardę internete. Nemeluokite apie savo amžių. Priimkite tik draugus arba sekite tik pažįstamus žmones. Ištrinkite užklausas iš žmonių, kurių nepažįstate. Neviešinkite savo adreso ir telefono numerio. Nepildykite visų laukelių formose. Neikite susitikti su internetiniais draugais. Nesidalykite savo slaptažodžiu.</p>
<b>Dalijimasis nuotraukomis ir vaizdo įrašais</b>	<p>Jei norite bendrinti kito žmogaus nuotrauką arba vaizdo įrašą, prieš tai darydami paprašykite jo leidimo.</p>

	<p>Prieš dalydamiesi nuotrauka ar vaizdo įrašų, gerai pagalvokite, nes bus sunku atsiimti. Žinoma, bet kada galėsite jį ištrinti, bet galbūt jį jau bus nukopijavę ir pasidaliję kiti žmonės.</p> <p>Neskelbkite nieko, ko nenorėtumėte, kad žmonės matytų po 5 metų.</p> <p>Neskelbkite nieko, ko nenorėtumėte, kad matytų jūsų mokytojai, tėvai ar seneliai.</p> <p>Patikrinkite, ką bendrinatė – patikrinkite, ar nuotrauka, vaizdo įrašas neatskleidžia per daug informacijos apie jūsų tapatybę.</p> <p>Ištrinkite, jei bendrinote nuotrauką arba vaizdo įrašą ir kitas žmogus paprašė jį pašalinti!</p>
--	---

### **Pagalba mokiniams apsibrėžti elektronines patyčias. Diskusijos apie grėsmes ir dalykus, kurių reikia saugotis internete**

Elektroninės patyčios dažnai vyksta asmeniniuose išmaniuosiuose įrenginiuose, prie kurių jaunimas turi nuolatinę prieigą. Tai reiškia, kad patyčios gali nutikti bet kur ir bet kada, todėl gali atrodyti, kad nuo jų sunku pabėgti. Padėkite mokiniams apsibrėžti elektronines patyčias; aptarkite grėsmes ir dalykus, kurių reikia saugotis su internetiniais draugais. Pateikite netikrų naujienų pavyzdžių, kad mokiniai žinotų, į ką atkreipti dėmesį, pavyzdžiui, apgavikiškas naujienų svetainės ar blogus skelbimus. Paklauskite jų, kokias istorijas matė ar dalijosi internete, ir ar kada nors pagalvojo, ar jos tikros.



#### **Užduočių lapai ir dalomoji medžiaga**

<b>Pradinukai</b>		
<b>Pagrindiniai klausimai diskusijai su mokiniais</b>	<p>Kokias problemas matote internete?</p> <p>Kaip manote, ar gerai, kad žmonės siunčia įžeidžiančias žinutes ir skelbia kitų žmonių nuotraukas?</p> <p>Kaip nuspręsti, ar galite kažkuo pasitikėti internete?</p> <p>Kaip susirasti draugų internete? Kas tie draugai?</p> <p>Ar tikite viskuo, ką matote internete? Kas yra netikros naujienos? Ar žinote, kaip atpažinti netikras naujienas?</p> <p>Kas yra elektroninės patyčios?</p> <p>Ar elektroninės patyčios yra problema jūsų mokykloje?</p> <p>Kaip išreikšti gerumą ir pagarbą internete?</p> <p>Ką daryti, kai internete kažkas ne taip?</p>	
<b>Kaip atrodo elektroninės patyčios?</b>	<p>Paklauskite vaikų, kokios interneto problemos jiems nepatinka arba juos nervina: įžeidžiančios žinutės, komentarai ar vaizdai; būti ignoruojamam internete; melo apie juos</p>	<p>Ką daryti: pasikalbėkite su patikimu suaugusiuoju; surinkite įrodymų ir užblokuokite nemalonų asmenį; praneškite policijai; prašykite pagalbos ir palaikymo.</p>

	skleidimas internete; kito žmogus grasinimas pasidalyti internete kažkuo, ko jie nenori.	
<b>Kaip sužinoti, ar kažkas netikra?</b>	Istorija, kurioje nesakoma tiesa arba nėra paremta faktais. Svetainė, kuri atrodo tikra, bet tik bando išvilioti pinigų arba asmeninės informacijos. Vaizdas, kuris nepapasakoja visos istorijos – gali būti kaip nors pakeistas, kad jame nebūtų svarbios informacijos. Kažkas internete apsimeta kitu žmogumi.	Ką daryti: Užduokite daug klausimų – abejokite tuo, ką matote ir skaitote internete. Tikrinkite informaciją – paklauskite tėvų arba mokytojų. Pataisykite istoriją – jei jūsų draugai internete skleidžia netikrą informaciją, o jūs žinote tikrąją istoriją, pasidalykite teisinga versija. Jei svetainėje siūlomi prizai arba kažkas nemokamai, tikriausiai tai apgavystė. Išjunkite! Jei būdas, kuriuo kas nors bendrauja su jumis internete, neatitinka to žmogaus profilio ir to, kas jis sakosi esąs, pasikalbėkite su tėvais arba kitu suaugusiuoju, kuriuo pasitikite.
<b>Patarimai, padedantys pamatyti, kad internete kažkas ne taip</b>	Internetinis profilis neatitinka to, ką matote ir girdite, kai bendraujate su kitu žmogumi. Jis sako, kad kamera sugedo, todėl negalite jo pamatyti. Jis rašo jums visą laiką ir įvairiais kanalais. Klausia, kas dar naudoja jūsų kompiuterį ar planšetę. Reikalauja susitikti su jumis. Prašo išlaikyti šį santykį paslapyje.	Ką daryti: pasikalbėkite su patikimu suaugusiuoju; surinkite įrodymų ir užblokuokite nemalonų asmenį; praneškite policijai; prašykite pagalbos ir palaikymo.

<b>Vidurinių mokyklų mokiniai</b>	
<b>Pagrindiniai klausimai diskusijai su mokiniais</b>	<p>Koks yra didžiausias iššūkis jūsų amžiaus mokiniams šiandien internete?</p> <p>Kokias problemas matote internete?</p> <p>Kaip manote, ar gerai, kad žmonės siunčia įžeidžiančias žinutes ir skelbia kitų žmonių nuotraukas?</p> <p>Kaip nuspręsti, ar galite kažkuo pasitikėti internete?</p> <p>Kaip susirasti draugų internete? Kas tie draugai?</p> <p>Ar tikite viskuo, ką matote internete? Kas yra netikros naujienos? Ar žinote, kaip atpažinti netikras naujienas?</p> <p>Kas yra elektroninės patyčios?</p> <p>Ar elektroninės patyčios yra problema jūsų mokykloje?</p>

	<p>Kaip išreikšti gerumą ir pagarbą internete? Ką daryti, kai internete kažkas ne taip? Ar viską, ką matome ar girdime internete, laikome savaime suprantamu dalyku? (Ne, mes klausiamo ir abejojame tuo, ką matome ar girdime.)</p>
<b>Netikrų naujienų atpažinimas</b>	<p>Kaip sužinoti, kas internete yra tiesa, o kas melas? Patikrinkite kelis kartus – kas yra naujienų šaltinis? (Kas autorius, koks leidinys, kokia svetainė ir kt.). Užduokite keletą greitų klausimų: ar straipsnis pagrįstas faktais, ar nuomone? Jei tai yra nuomonė, ar autorius įtraukia kiekvieno, kuris su juo nesutinka, požiūrį? Ar antraštė atitinka straipsnio turinį? Būkite balsu, padedančiu stabdyti netikrų naujienų plitimą.</p>
<b>Patarimai, padedantys pamatyti, kad internete kažkas ne taip</b>	<p>Jaučiate, kad kažkas ne taip – pasitikėkite savo jausmu. Dalykai nesutampa – žmogaus internetinis profilis neatitinka to, ką matote ir girdite, kai su juo kalbate. Jis sako, kad internetinė kamera sugedo – kartais žmonės, norintys jums pakenkti, apsimeta jūsų amžiaus vaikinu ar mergina ir sako, kad kamera sugedo, todėl negalite jų pamatyti. Nuolat rašo jums ir susisiečia įvairiais kanalais – susitinkate internetiniame žaidime ir prašo susirašinėti. Klausia, kas dar naudoja jūsų kompiuterį ar planšetę arba kuriame kambaryje esate. Prašo, kad darytumėte jiems paslaugas mainais už kažką – žmonės, norintys jums pakenkti, dažnai žada ką nors norėdami įgyti jūsų pasitikėjimą. Sako komplimentus apie jūsų aprangą arba kūną ir klausia tokių dalykų kaip „ar kada nors bučiavaisi?“ Reikalauja susitikti – nuolat kalba apie susitikimą asmeniškai ir bando priversti jus jaustis blogai, jei sakote „ne“. Prašo išlaikyti šį santykį paslapyje – žmonės, norintys jums pakenkti, dažnai stengiasi slėpti šį santykį nuo pat pradžių.</p>
<b>Kas yra elektroninės patyčios? Perskaitykite pateiktus atvejus ir nustatykite, kurie iš jų yra patyčios internete, ir paaiškinkite, kodėl.</b>	<p>Mokinys sukuria netikrą el. pašto adresą naujam klasės draugui ir naudoja jį slaptiems „gerbėjo“ laiškam kitam klasės draugui siųsti. Per kiekvieną pietų pertrauką mokinys kviečia savo draugus žaisti toli nuo naujo mokinio. Mokinys padaro juokingą draugo nuotrauką. Jie abu mano, kad nuotrauka juokinga. Mokinys parašo įžeidžiantį komentarą ir išsiunčia ją visiems mokykloje. Tai laisvalaikio aprangos diena mokykloje. Mokinys mokykliniame autobuse erzina kitą mokinį, visi prisijungia prie pravardžiavimo. Mokinys siuntinėja anonimines žinutes tiems, kurie jam nepatinka. Adresatams tos žinutės visai nejuokingos. Kažkas paskelbia draugo nuotrauką savo <i>Facebooko</i> paskyroje be draugo leidimo. Draugas prašo pašalinti, bet tas, kuris paviešino nuotrauką, atsako tai padaryti.</p>

### Elektroninio saugumo taisyklių nustatymas

Kalbant apie elektroninių patyčių prevenciją, labai svarbu anksti nustatyti pagrindines taisykles ir dažnai jas priminti. Elektroninio saugumo taisyklių nustatymas yra svarbus žingsnis, siekiant apsaugoti mokinius internete, todėl apsvarstykite galimybę sudaryti „socialinių tinklų susitarimą“ su mokiniais. Visada užtikrinkite atvirą ir nuoširdų dialogą su jais. Tai padės mokiniams pasitikėti jumis ir jaustis patogiai. Jie visada jaus, kad j juos žiūrima rimtai, kai pasakos apie netinkamą elgesį, jei / kai susidurs su tokiu internete.



### Užduočių lapo pavyzdys

#### Užduočių lapas: elektroninio saugumo taisyklių pavyzdys

Naudokite toliau pateiktus teiginius, kad pradėtumėte pokalbį su mokiniais apie pagarbų elgesį internete. Pakalbėkite apie kiekvieną teiginį – ką jis reiškia ir kaip mokiniai su juo tapatinasi. Pasirinkite, ką įtrauksite į klasės susitarimą, arba pridėkite teiginių, kurių, jūsų manymu, trūksta.

Saugokite savo asmeninę informaciją

Susikurkite stiprius slaptažodžius

Neskelbkite nieko, ko nenorite, kad matytų jūsų seneliai

Neskelbkite kitų žmonių nuotraukų ar vaizdo įrašų internete be jų sutikimo

Nepriimkite į draugus nepažįstamų žmonių. Atkreipkite dėmesį į internetinius draugus

Nieko nepirkite internetu prieš tai nepasitarę su tėvais

Niekada neatidarykite el. laiško priedo iš nepažįstamo žmogaus

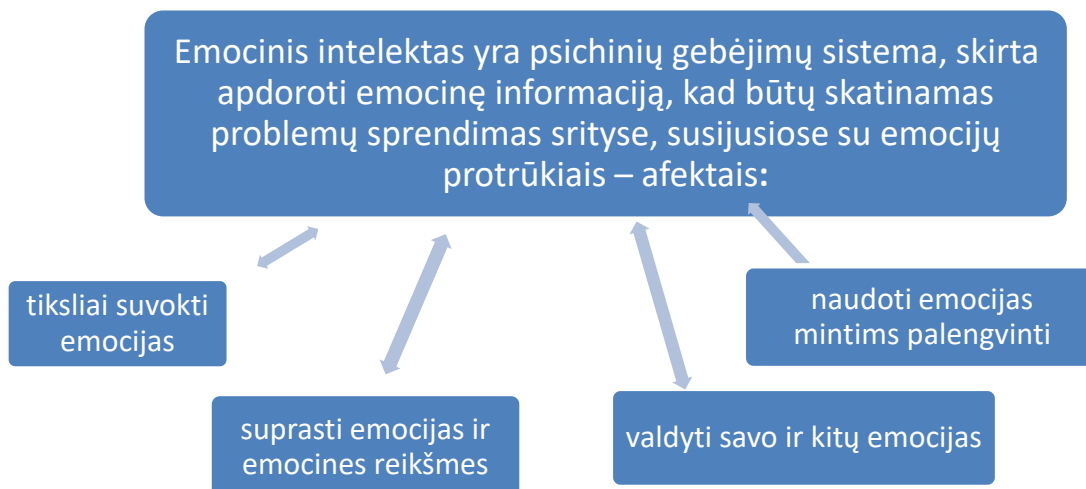
Nesiųskite skaudinančių ir įžeidžiančių žinučių ir neatsakinėkite į jas

Pasikalbėkite su mokytoju arba tėvais apie saugias ir tikslią informaciją pateikiančias internetines svetaines

### Ar emocijų valdymas gali būti priemonė užkirsti elektroninėms patyčioms kelią ir su jomis kovoti?

Elektroninės vaikų ir paauglių patyčios yra viena iš rimčiausių grėsmių asmens ir socialinei gerovei, nes jų auditorija gali būti neribota. Sustabdyti jas ir rasti būdų, kaip padėti nukentėjusiems, yra labai svarbios užduotys.

Emocinis intelektas laikomas potencialiu apsaugos nuo elektroninių patyčių mechanizmu, skatinančiu pozityvesnius būdus stresinėms situacijoms įveikti.



Mokinių socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymas yra perspektyvus būdas užkirsti kelią patyčioms elektroninėje erdvėje, sumažinti mokinių riziką tapti elektroninių patyčių taikiniais. Naudodami šiuos įgūdžius mokiniai gali ugdyti empatiją ir geriau spręsti konfliktus. Empatija daro labai didelę įtaką žmogaus elgesiui internete. Ji reguliuoja visų – aukų, smurtautojų ir liudininkų elgesį.

Mokiniai taip pat turi ugdyti tam tikrus įgūdžius, kurie neleistų jiems įsitraukti į patyčias: savikontrolę, aktyvų ir empatišką klausymąsi, gebėjimą išreikšti jausmus žodžiais, teigiamą savęs vertinimą, gebėjimą paprašyti pagalbos, kai reikia, parodyti meilę pažįstamiems žmonėms, būti sąmoningiems kitų žmonių jausmų atžvilgiu. Socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymas gali praturtinti mokinių psichinę sveikatą, elgesį ir mokymąsi, taip pat sumažinti elgesio problemas, narkotinių medžiagų vartojimą ir palengvinti emocinius išgyvenimus.

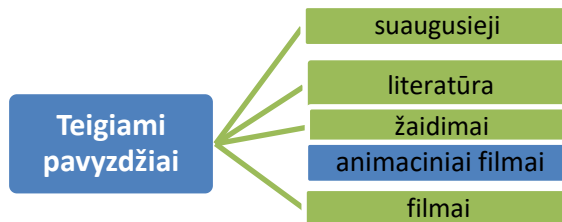
Gerinkite mokinių supratimą apie priemones gerai savijautai. Pavyzdžiui, daugybė išmaniųjų įrenginių ir platformų siūlo skaitmeninius įrankius gerai savijautai palaikyti. Taip pat galite išjungti programų pranešimus, naudoti nutildymo arba netrukdyimo režimus. Pasikalbėkite su mokiniais, kaip juos naudoti.

Atidarykite šią nuorodą, kad sužinotumėte, ar jūs (jūsų mokiniai) galite valdyti emocijas.

Klausimynas apie emocijų valdymą <https://www.theemotionmachine.com/emotional-intelligence-test-are-you-good-at-managing-your-emotions/>

### **Būkite teigiamu pavyzdžiu ir siūlykite teigiamų pavyzdžių**

Vaikai dažnai kopijuoja suaugusiuosius. Kai mokytojai ir tėvai internete gerbia kitus, vaikas labiau linkęs sekti jų pavyzdžiu.



Pateikite teigiamų pavyzdžių iš mokinių gyvenimo: literatūros, animacinių filmų, filmų arba žaidimų. Per visą istoriją pasakojimai ir literatūros kūriniai buvo naudojami visose kultūrose mokant visuomeninių vertybių ir perteikiant jas iš kartos į kartą. Mokiniai dažnai tapatina save su išgalvotais personažais, o tai gali padėti atskirti teigiamą elgesį nuo smurto paremto. Individualūs ir grupiniai atsakymai parodė, kad literatūra yra veiksminga priemonė, padedanti vidurinės mokyklos mokiniams atskirti teigiamo elgesio pavyzdžius nuo smurto paremto ir prisiimti atsakomybę renkantis sektingą pavyzdį.

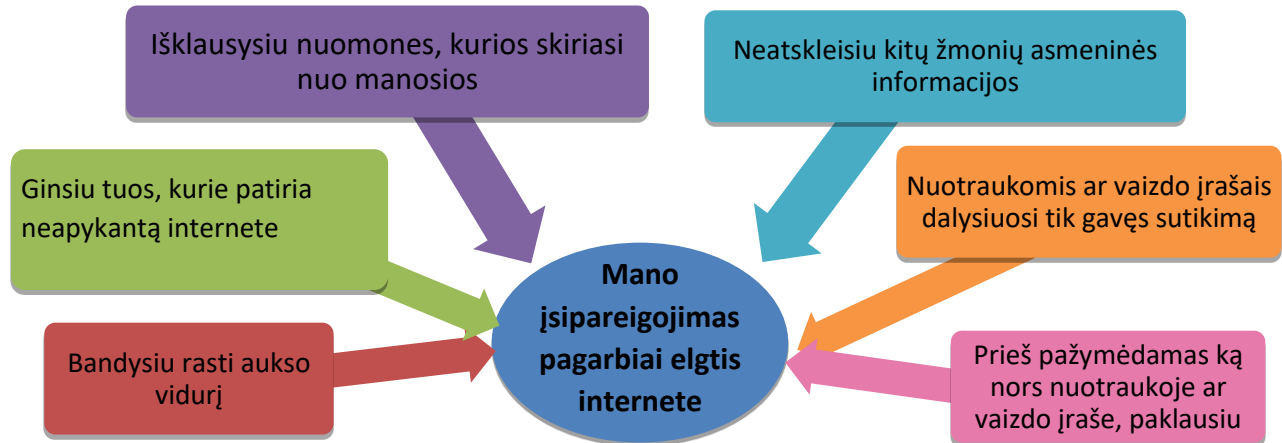
Teigiamo socialinio elgesio propagavimas ir modeliavimas prieš atsirandant neigiamiems rezultatams, pvz., patyčioms internete, yra geras būdas kurti saugesnes, sveikesnes mokyklas ir bendruomenes visiems vaikams. Teigiamas suaugusiųjų pavyzdys, mentorystė ir amžių atitinkantis požiūris į gerumą, priėmimą ir įtraukimą gali turėti didelės įtakos tam, kaip vaikai elgiasi vienas su kitu klasėje, žaidimų aikštelėje, namuose ir bendruomenėje. Maži vaikai dar tik mokosi sugyventi su kitais, dalytis žaislais, atrasti būdų, kaip dirbti kartu, ir suprasti, kaip jų jausmai ir elgesys veikia kitus. Žaiskite vaidmenų ir kitokius žaidimus, užsiimkite menine veikla, tyrinėkite jausmus ir nustatykite aiškias elgesio taisykles. Šios strategijos stiprina teigiamus santykius ir elgesį ir yra raktas, padedantis vaikams sugyventi, o tai galiausiai gali padėti išvengti patyčių internete.



### ***Užduočių lapo pavyzdys***

Sužinokite, kokios sporto arba muzikos žvaigždės jūsų mokiniams patinka labiausiai. Paprašykite mokinių garsenybių profiliuose rasti pavyzdį, kuriame elgiamasi pagarbiai, ir parodyti visiems. Tegul mokiniai parašo savo asmeninį įsipareigojimą, susijusį su pagarbiumi elgesiu internete.

Pavyzdžiui:



#### Apmąstykite

Ar kada nors naudojote teigiamus elgesio pavyzdžius, kad išvengtumėte neigiamo elgesio? Pasidalykite patirtimi su kolegomis. Kaip mokiniai priėmė šias veiklas? Kaip jie jautėsi?

#### 5.4. Užduočių lapai apie bendravimą (ką sakyti ir ką daryti) su auka, smurtautoju, liudininkais ir tėvais



#### Sužinokite

Bendravimas yra svarbiausias dalykas kiekvienoje elektroninių patyčių prevencijos programoje. Aiškiai pasakykite, kad toks elgesys draudžiamas. Parodykite galimai pažeidžiamam vaikui, kad jis yra saugus ir kad jį palaiko patikimas suaugusysis. Jie gali gauti pagalbos, o tai reiškia, kad reikia kreiptis į direktorių, konsultantą, mokytoją arba trenerį. Pasakykite visiems mokiniams, kad suaugęs žmogus yra šalia ir nebijo įsikišti, kad elektroninės patyčios baigtųsi.

Labai svarbu, kad tiems, kurie elgiasi netinkamai, pasakytumėte, kad imsitės veiksmų. Jeigu nieko nesisakysite, jūsų tylą siųs aiškią žinią tam, kuris tyčiojasi iš kitų, kad jo elgesys yra priimtinas ir atitinka normas. Asmeniui, iš kurio tyčiojama, jūsų tylą reikš, kad jis nėra saugus toje aplinkoje. Tėvų bendradarbiavimas ir parama taip pat yra labai svarbūs kuriant aplinką be patyčių.



## Bendravimas su mokiniais

Užtikrinkite, kad vaikai ir jaunuoliai jaustųsi patogiai mokytojams ir tėvams pasakodami apie tai, kas nutiko internete. Tai padės jums suprasti, kaip jie naudojami internetu, socialiniais tinklais ir mobiliuoju telefonu. Taip pat svarbu kalbėtis su vaikais apie atsakingą elgesį.

Įsitinkite, kad jie žino, kad gali ateiti ir pasikalbėti su suaugusiuoju ar tėvais, jei iš jų tyčiojasi elektroninėje erdvėje ir jiems reikia paramos.

Sukurkite galimybę vaikams asmeniškai pasikalbėti su mokyklos darbuotojais. Apsvarstykite galimybę sukurti *elektroninių patyčių prevencijos dėžutę*, kurioje vaikai galėtų konfidencialiai pasidalyti savo rūpesčiais, pateikti siūlymų ir rekomenduoti vaikus, kurie nusipelno pagyrų už elektroninių patyčių prevenciją. Įtraukite tėvus.

## Bendravimas su tėvais

Tėvų bendradarbiavimas ir parama yra labai svarbūs kuriant aplinką be elektroninių patyčių.

Informuokite tėvus, kai įvyksta patyčių internete incidentas, ir paraginkite juos susisiekti su programos darbuotojais, jei mano, kad vaikas patiria patyčias arba tyčiojasi iš kitų. Taip parodysite, kad j elektronines patyčias žiūrite rimtai. Be to, skatinsite jų bendradarbiavimą ir palaikymą.

Pasidalykite mokyklos patyčių prevencijos politika su tėvais ir kvieskite juos dalyvauti seminaruose apie elektroninių patyčių prevenciją.



**Užduočių lapai ir dalomoji medžiaga**

**Kaip elgtis su smurtautojais ir ką jiems sakyti:**



### Ką turėtumėte sakyti AUKOMS ir ką aukos turėtų daryti:

#### Pradinių klasių vaikai

Pradinukai	
Ką sakyti?	Ką jie turėtų daryti?
Niekas nenusipelno būti skaudinamas. Būk geras sau – tai ne tavo kaltė. Dėl elektroninių patyčių gali jaustis labai vienišas ir išsigandęs, tačiau pagalba yra prieinama. Aš esu čia, kad tau padėčiau.	Paprašyti patikimo suaugusiojo pagalbos. Neatsakinėti smurtautojui – tai gali pabloginti situaciją. Kaupti įrodymus – suaugęs asmuo gali padėti padaryti ekrano nuotraukas, jei prireiktų įrodymų.

	Užblokuoti smurtautoją ir pranešti apie jį.
--	---

### Vidurinių mokyklų mokiniai

Vidurinių mokyklų mokiniai	
Ką sakyti?	Ką jie turėtų daryti?
<p>Tu nesi atsakingas už smurtautojo elgesį. Tai ne tavo kaltė.</p> <p>Neatsakinėk smurtautojui, nepasiduok ir nenusimink – tai jį tik paskatins. Kerštaudamas smurtautojui tik tapsi vienu iš jų. Būk ramus ir atkaklus.</p> <p>Nepaisyk to – geriausias atsakymas dažnai būna jokio atsakymo. Paprašyk patikimo suaugusiojo pagalbos. Jis patars, kaip reguoti, kai smurtautojas vėl ką nors padarys.</p>	<p>Atsisipirti norui atsakyti.</p> <p>Neatsakyti.</p> <p>Rinkti įrodymus.</p> <p>Pasakyti smurtautojui, kad nustotų.</p> <p>Prašyti pagalbos.</p> <p>Naudoti turimas technologines priemones.</p> <p>Užblokuoti smurtautoją!</p> <p>Apsaugoti savo paskyras internete.</p> <p>Pranešti apie smurtautoją.</p>

### Ką turėtumėte sakyti LIUDININKAMS ir ką liudininkai turėtų daryti:

#### Pradinių klasių vaikai

Pradinukai	
Ką sakyti?	Ką jie turėtų daryti?
<p>Pasakykite jiems, ko ieškoti, ir padėkite geriau suprasti problemą (skaudinančios žinutės, komentarai, melas apie kai kuriuos vaikus ir pan.)</p>	<p>Liepti smurtautojui nustoti.</p> <p>Nepersišti ir nesidalyti jokiais kitą žmogų žeminančiais įrašais ar vaizdais.</p> <p>Užblokuoti smurtautoją!</p> <p>Susisiekti su žmogumi, iš kurio tyčiojama. Pasakykite jam, kad jums rūpi.</p> <p>Nesiųsti pikty atsakymų – tai gali tik pabloginti situaciją.</p> <p>Pasikalbėti su suaugusiuoju, kuriuo pasitikite – jis gali padėti jums ir palaikyti.</p>

### Vidurinių mokyklų mokiniai

Vidurinių mokyklų mokiniai	
Ką sakyti?	Ką jie turėtų daryti?

Tavo dalyvavimas daro skirtumą. Nestovėk ir nežiūrėk.  
Užstok žmogų, iš kurio tyčiojamasi. Jei jautiesi saugiai, liepk smurtautojui nustoti. Naudok tokias frazes kaip: „Liaukis! „Palik jį ramybėj!“ ir „Tai nejuokinga!“  
Neprisidėk. Nesijuok iš aukos ir nedalyvauk patyčiose. Tai skatina smurtautoją tęsti. Padėk aukai.  
Skatink kitus liudininkus padėti aukai. Ragink juos neprisidėti prie elektroninių patyčių.  
Prašyk suaugusiojo pagalbos. Pranešk apie elektronines patyčias.  
Pasakyk aukai, kad jautiesi blogai dėl to, kas nutiko. Skatink auką pasikalbėti su suaugusiuoju ir pasiūlyk palydėti.  
Pakviesk auką nuveikti ką nors kartu. Būk geras draugas.

Ką daryti, jei kažkas siunčia kitam žmogui žinutę, nuotrauką ar vaizdo įrašą, dėl kurio jis jaučiasi nepatogiai?

**1 scenarijus.** Jei pažįstate siuntėją arba jis lanko jūsų mokyklą:

- liepkite nustoti;
- praneškite socialinio tinklo kūrėjams;
- pasikalbėkite su savo tėvais, suaugusiuoju, kuriuo pasitikite, arba mokytoju.

**2 scenarijus.** Jei siuntėjo nepažįstate:

- pasikalbėkite su savo tėvais arba suaugusiuoju, kuriuo pasitikite, ir nuspręskite, ką daryti toliau;
- praneškite socialinio tinklo kūrėjams.



### Apmąstykite

1. Ar kada nors teko dorotis su elektroninėms patyčiomis? Ką darėte?
2. Pasidalykite savo patirtimi su kolegomis.

## Nuorodos ir šaltiniai

### I skyrius. Suprasti elektronines patyčias

[Bystanders' behaviours and associated factors in cyberbullying](#)

[The phenomenon of cyberbullying in children and adolescents](#)

[The psychology of cyberbullying](#)

[Who is involved in cyberbullying?](#)

### II skyrius. Atpažinti elektronines patyčias

[Cyberbullying prevalence and risk factors for being a victim bully and bystander](#)

[Cyberbullying – Prevalence, Risk Protective Factors, and the Efficacy of Cyberbullying Interventions](#)

[Intrinsic Value of Self-Disclosure Across Adolescence](#)

[The Real-Life Effects of Cyberbullying on Children](#)

[Why do children and adolescents \(not\) seek and access professional help for their mental health problems?](#)

### III skyrius. Elektroninių patyčių prevencijos ir sustabdymo strategijos

[Ideas for addressing Cyberbullying \(video\)](#)

[What Kids want parents to know about Cyberbullying \(video\)](#)

[Teen Talk on Cyberbullying \(video\)](#)

[Reasons and types of cyberbullying in school literacy education \(Turkish version\)](#)

[Çocuğa karşı şiddeti önlemek için ortaklık ağı](#)

[Türkiye’de dijital vatandaşlık algısı ve bu algıyı internetin bilinçli, güvenli ve etkin kullanımı ile artırma yöntemleri](#)

[Çag College](#)

[Anti-Bullying and Anti-Cyberbullying Policy - Bedford School](#)

[Cyber Bullying Policy - Saint John’s college](#)

[Build a Safe School Environment](#)

[Building Respectful and Safe Schools](#)

[My space](#)

[Policy and Legislation against Bullyism](#)

[Promoting Prosocial Behaviors in the Classroom](#)

[6 Strategies for Building Better Student Relationships](#)

[The Indoor Environment: Designing and Organizing](#)

[Uplifting Student Voices: Effective Practices for Incorporating Student Experiences into Decision Making](#)

### IV skyrius. Elektroninės patyčios skaitmeninėje eroje

[eSafety label \(eSL\)](#)

[eSafety Label](#)

[European schoolnet](#)

### V skyrius. Mokymo ištekliai kovai su elektroninėmis patyčiomis

[Cyberbullying-research centre](#)

[11Great Kids Safe Search Engines](#)

[EU kids online](#)



[ESafetyEducation](#)  
[Gaming- help & advice](#)  
[How to Build Social-Emotional Learning Skills in the Classroom](#)  
[Kenton Cyberbullying survey](#)  
[KidsHealth, Cyberbullying](#)  
[My personal online security plan](#)  
[New York Public Library, Internet Safety Tips for Children and Teens](#)  
[Online safety in schools and colleges: Questions from the Governing Board](#)  
[Online safety](#)  
[Online safety Self-assessment tool](#)  
[Questionnaire addressing students aged 12 to 14 years old identifying cyberbullies](#)  
[Reelise cyberbullying survey](#)  
[Security and privacy for my device](#)  
[SEL & Bullying prevention](#)  
[6 tips for parents to prevent cyberbullying](#)  
[Toolkit for schools](#)  
[Bullying awareness lesson plans](#)  
[eSafety's Best Practice Framework for Online Safety Education](#)  
[Bullying Awareness Lessons, Activities and Resources](#)  
[Internet Safety Curriculum](#)  
[Joining Forces to Combat Cyber Bullying in Schools](#)  
[Bullying awareness lesson plans](#)  
[A short cyberbullying survey](#)  
[Cyberbullying and Online Aggression Survey](#)  
[Frequently asked questions on cyberbullying, which can be used to design a questionnaire](#)  
[Questionnaire testing knowledge about cyberbullying](#)  
[Questionnaire identifying students' knowledge and experience related to cyberbullying](#)  
[Class tech agreement](#)  
[Creating a family tech agreement](#)  
[My personal online security plan](#)  
[Positive Role Models vs. Bullies: Can They Be Distinguished By Following Articulate Animals Into Worlds of Suspended Disbelief](#)  
[Smart Social Networking: Fifteen Tips for Teens](#)  
[Social emotional learning](#)  
[21 simple ways to integrate SEL throughout the day](#)