

- Ar informacija verta dėmesio? Kartais žmonės gaišta savo ir kitų laiką, siųsdami įvairiausių nereikalingą informaciją, taip prisidėdami prie gandų skleidimo.
- *Neatsakinėk* (atsargiai skaityk) į laiškus, kurie pateko į šlamštlaiškių („spam“) dėžutę ir kitus įtartinus laiškus, žinutes. Juose gali būti kenksminga informacija.
- *Neplatink* ir neviešink informacijos apie kitus žmones, jų neatsiklausus.
- *Neskubėk* atsakyti į piktus laiškus. Dažnai gavus piktą laišką, norisi į jį atsakyti tuo pačiu, tačiau tas gali tik pabloginti esamą situaciją. Bendraudamas elektroninėje erdvėje turi puikią galimybę neskubėti su atsakymu ir pagalvoti prieš jį išsiųsdamas.
- *Kruopščiai apgalvok*, kokią informaciją apie save nori pateikti. Venk skelbti savo asmeninę informaciją (telefono numerį, gyvenamos vietos adresą, mokymo įstaigos pavadinimą ir t. t.). Prisimink, kad informacija, kurią platini gali būti prieinama daugeliui žmonių (neviešink informacijos internete, kurios nenorėtum rodyti savo tėvams).
- *Neįžeidinėk* kitų elektroninėje erdvėje. Prieš siųsdamas, pagalvok ir atsakyk sau į kelis klausimus: Kaip aš jausčiausi, jeigu kas nors tą patį padarytų/parašytų man? Ką pasakytų mokytojai, tėvai? Ar galėčiau tą patį pasakyti kitam ir realiame gyvenime? Kokių pasekmių aš galiu susilaukti už tokių elgesį?

Naudingos nuorodos:

www.bepatyciu.lt
www.vaikulinija.lt
www.draugiskasinternetas.lt
www.bibliotekospazangai.lt
www.esaugumas.lt

Partneriai:



RYŠIŲ
REGULIAVIMO
TARNYBA



teo
BŪTI SU PASAULIU



draugiškas
Internetas



VALSTYBĖS VAIKO TEISIŲ APSAUGOS
IR ĮVAIKINIMO TARNYBA
PRIE SOCIALINĖS APSAUGOS
IR DARBO MINISTERIJOS

Pagalba vaikams ir paaugliams



116 111

Telefonu **116111**
kasdien **nuo 11 iki 21 val.**

Internetu www.vaikulinija.lt

Lankstinuko leidybą finansavo



NYDERLANDŲ KARALYSTĖS AMBASADA

ELEKTRONINĖS PATYČIOS



Jeigu susiduri
su patyčiomis –
ką daryti?



Vaikai gali tyčiotis vieni iš kitų įvairiausiais būdais: prasivardžiuoja, apkalbinėja ir netgi mušasi. Taip pat kartais vaikai tyčiojasi iš kitų virtualioje erdvėje, pvz., rašo žeidžiančius komentarus, žinutes ar laiškus, įkelia į internetą negražias ir pašaipias nuotraukas ir kt.

Kartais patyčios gali atrodyti panašios į draugų pajuokavimus ar draugiškus „patraukimus per dantį“. Juk tikriausiai ne vienam yra tekę juokais pasakyti draugui: „Na tu ir kvailėlis!“, ar kaip kitaip pašiepti. Vis dėlto labai svarbu, kad žinotum: patyčios nėra humoro forma! Kuo skiriasi patyčios nuo pajuokavimo? Kai juokaujama, linksma būna abiem žmonėms, o tyčiojantis linksma tik vienam vaikui – kitas tuo metu jaučiasi labai įskaudintas.

Ką gali daryti, kuomet susidūrei su patyčiomis elektroninėje erdvėje ir jautiesi įskaudintas:

- *Pirmiausiai, nereaguoti* (neatsakinėti) į jokių bandymus susisiekti (pvz.: žinutes, skambučius, el. laiškus), kuriais siekiama trukdyti ar reikalaujama atkreipti dėmesį. Atsakymas, dėmesio atkreipimas skatina tęsti patyčias.
- *Nepanaikinti žinučių*. Jeigu žinutėmis siekiama pasityčioti, įbauginti, užpulti, jas galima išsaugoti ir pateikti policijai ar kitai organizacijai kaip įrodymus. Žinučių nebūtina skaityti.
- *Blokuoti siuntėją/ pakeisti* privatumo nustatymus. Galima užblokuoti telefono numerį, iš kurio gaunamos nemalonios žinutės ar skambučiai. Taip pat internete, pavyzdžiui, socialiniuose tinkluose galima „užblokuoti“ Tave įžeidinėjantį asmenį, pakeitus privatumo nustatymus.
- *Pranešti žmonėms ar organizacijoms*, kurie gali padėti. Galima kreiptis į svetainės administratorių arba „karštąją liniją“ (www.draugiskasinternetas.lt).
- *Vengti* vietų elektroninėje erdvėje, kur galima sutikti skriaudėjus. Pvz., jeigu prie Tavęs priekabiuojama Tau žiadžiant internetinį žaidimą, pabandyk susirasti kitą vietą ar būdą, kaip galėtum žaisti šį žaidimą ar paieškok kitų žaidimo partnerių.
- *Kalbėti su žmonėmis, kuriais pasitiki*. Pokalbis su tėvais, draugais, mokytojais ir kitais žmonėmis – puikus būdas pradėti spręsti elektroninių patyčių situaciją.

Jeigu pats nesi patyręs patyčių, bet stebi, kad netinkamai elgiamasi su tavo bendraamžiais:

- *Nerodyk palaikymo skriaudėjams*. Dažnai skriaudėjai mėgsta tyčiotis matant, girdint kitiems. Stebėtojų susidomėjimas patyčiomis gali paskatinti jas tapti dar aršesnes. Jeigu į Tavo rankas pateko kitą žeminanti informacija, neperdavinėk ir nepre-siuntinėk jos kitiems, bet iš karto parodyk suaugusiems.
- *Nebūk abejingas*. Tavo abejingumas gali būti supras-tas kaip pritarimas patyčioms.
- *Nesityčiock*, nors taip elgiasi Tavo draugai. Lengva prisijungti prie kitų vaikų ir priekabiuoti prie ko nors, kas yra silpnesnis. Nesityčiodamas parodysi skriaudėjams, kad galima elgtis ir kitaip.
- *Būk draugiškas* vaikui, kuris patiria patyčias. Parodyk jam, kad matai, kas su juo vyksta ir kad tai Tau rūpi.
- *Paragink vaiką*, kuris patiria patyčias, pasipasakoti suaugusiajam, kuriuo jis pasitiki.

Norėdamas prisidėti prie patyčių mažinimo, pirmiausiai pradėk nuo savęs.

Kaip ir realiame gyvenime, elektroninėje erdvėje galioja tam tikras bendravimo etiketas, kuris padeda jaustis saugiai bendraujant tarpusavyje:

- Prieš siųsdamas laišką ar žinutę, *patikrink*, ar teisingai nurodei adresatus, ar iš tiesų informaciją siunti tiems, kam norėtum išsiųsti. Kartais tam tikra konfidenciali informacija netyčia gali pasiekti tuos, kurie neturėtų jos matyti.