

Az informatika fejlődésével egyre több gyerek eshet áldozatul

2016. november 13.

TOLNA MEGYE | Sokszor esik szó arról, milyen veszélyekkel találkozhatjuk szembe magunkat az interneten, foglalkozunk a függőség kialakulásával, az elszigetelődéssel, illetve a vírusokkal, adatlopó programokkal, melyek valóban nagy problémát okozhatnak, de ritkán esik szó a „cyberbullying”-ről, azaz az elektronikai eszközzel végzett zaklatásról.



Heilmann Ágnes, a Tolna Megyei Pedagógiai Szakszolgálat pszichológus munkatársa elmondta, ha 10-15 évvel ezelőtt teszik fel a kérdést, hogy mennyire veszélyes jelenségről beszélünk a cyberbullying kapcsán, aligha születhetett volna rá válasz, legalábbis Magyarországon. Az internetes zaklatás ugyanis akkor még nem nagyon létezett. Korábban személyesen történtek inkább a zaklatások. Az informatikai világ előretörése egy újabb felületet adott a cyberbullying megjelenéséhez, mely komoly pszichés stresszort, veszélyforrást jelent a fiatalok számára.

A szakértő kifejtette, alapvetően hasonló a hagyományos és az elektronikus bullying mechanizmusa, viszont a kiváltott hatás szempontjából már vannak különbségek. A cyberbullying érzelmileg, pszichésen megterhelőbb lehet, mivel sokkal nehezebb elmenekülni előle, ugyanis a „hagyományos” iskolai zaklatás véget ér általában az intézmény kapujánál, a cyberbullying pedig ott kezdődik. Ott történik, ahol a gyerekek manapság a legtöbb időt töltik, vagyis az online felületen, így nagyobb eséllyel találhatják meg őket a zaklatók.

Mivel a zaklatás virtuális térben zajlik, nincs személyes kontakt a bántalmazó és az áldozat között, a bántalmazó szélsőségesebb tetteket hajthat végre. Azok a fékek, gátlások, korlátok melyek a személyes kommunikációban megvannak, kevésbé érvényesülhetnek online felületen, azáltal, hogy a bántalmazó nem azonosítható. Sokkal nehezebb fellépni ellene, kevésbé lehet kontrollálni. Online felületen nehéz megvédeni önmagunkat, törölni egy posztot, bejegyzést, hiszen soha nem lehetünk biztosak abban, hogy örökre megsemmisültek a negatív, bántó tartalmak.

Az, hogy minden az informatikai világ körül forog, azt eredményezi, hogy manapság szinte „cikinek tartják, ha valaki nem online” – mondta Heilmann Ágnes. – Sokan pedig önként, ám tudatlanul teszik ki magukat az online zaklatásnak: válogatás nélkül posztolnak, kommentelnek, bele sem gondolva, hogy a közzétett információk rossz kezekbe kerülve szociális ellehetetlenülését okozhatják, ha valaki visszaél a feltett tartalmakkal. A pszichológus hozzátette, nincs szabály arra, kit szúr ki magának a zaklató.

A jellemző, hogy akit az iskolában egyébként is kiszemelnének maguknak, nagyobb eséllyel fogják az interneten is zaklatni, viszont fordítva nem feltétlenül igaz: azok is lehetnek zaklatók, akik a személyes térben (pl. iskolában) nem lépnek fel agresszorként. – Ennek több oka is van: az egyik amit korábban is említettem: ha nincs személyes kontakt nem kell vállalni arcunkat, és a tetteket. Továbbá ha nincs személyes tér, nem látjuk a bántott fél negatív érzéseit, így ez nem lehet visszatartó erő a zaklató számára – zárta szavait Heilmann Ágnes.

Intő jelek lehetnek

– Attól függően, hogy milyen mélységű a zaklatás, jelentkezhettek különböző nemkívánatos negatív érzések. Szélsőséges esetben pedig komolyabb pszichés megbetegedéshez is vezethet – mondta Heilmann Ágnes. A zaklatás mértékétől, tartalmától, gyakoriságától függően a következők lehetnek intő jelek a pszichológus szerint: váratlanul megváltozik a gyermek viselkedése, például internetezés után feszült, dühös lesz, vagy épp rosszkedvűvé válik. Hirtelen romlani kezdenek a tanulmányi eredmények, leginkább koncentrációs, figyelmi problémák jelentkeznek. Emiatt iskolakerülés, társas kapcsolatok elszegényedése, az önértékelés csökkenése is kialakulhat. A félelem, düh, szorongás is jelzés lehet. Akár pszichoszomatikus tünetek, például alvászavar, étkezési zavar, hasfájás is jelentkezhet. Súlyosabb esetben gyermekkori depresszió, önsértés, autoagresszió, öngyilkosság, fejtette ki a szakértő.

Fontos a közvetlen környezet jelenléte

– Akik áldozattá válnak, általában zárkóztak, szorongóbbak, érzéseiket nehezen nyilvánítják ki. Pont ezért segítséget sem mernek kérni, hisz az alap személyiségükben egyfajta gátoltság, visszahúzóds erősen jelen van – mondta a szakember. – A zaklatást pedig gyakran szégyenként élik meg, vagy épp attól tartanak, hogy a kívülálló nem értené meg, hogy miről beszél. Emiatt még kevésbé mernek erről beszélni. Azáltal, hogy nem beszélnek, nem szerez róla tudomást a külvilág, mely a zaklatót megerősíti a viselkedésében, így a probléma tovább fokozódhat.

Az előbb elmondottak miatt nagyon fontos a közvetlen környezet (szülő, pedagógusok) jelenléte. Nekik kulcsfontosságú szerepük lehet a probléma felismerésében és nyílttá tételében. Fontos az elfogadó attitűd, biztosítsunk olyan közeget a gyermek számára, ahol nyíltan, minden félelem nélkül beszélhet a negatív élményeiről. Ugyanilyen fontos lehet a bántalmazó megkeresése, és viselkedésének leállítása, ismertette Heilmann Ágnes. Bántalmazás esetén mindig mérlegelni kell a tettek súlyát, illetve azt, hogy a közvetlen

környezetéből elég támogatást kap-e a gyermek a megküzdéshez. Iskolai bántalmazás esetén hasznos lehet az iskolapszichológus jelenléte, ő a korai szakaszban preventív jelleggel, a probléma kialakulásának megelőzésében fontos. Amennyiben a zaklatással járó nemkívánatos következmények (tünetek) a zaklatás megszűnését követően is hosszabban fenn állnak, és akadályozzák a gyermek hétköznapokban való helytállását indokolt pszichológus segítségét kérni, részletezte a szakértő.

Cyberbullying és cyberstalking

A cyberbullying gyakorlata nem kizárólag gyermekekre korlátozódik, ugyanakkor amennyiben idősebb, felnőtt korosztálynál azonosítják e problémát, akkor gyakran helytelenül használják a cyberbullying kifejezést olyan esetekre is, amelyek telefonbetyárkodásnál nem többek. Az internetes zaklatók gyakran a közösségi média oldalait, közösségi fórumokat, vagy online információs oldalakat használják. A cyberstalking a cyberbullying egyik formája, mely tartalmazhat hamis vádak, megfigyelést, riadalomkeltést, a személyazonosság ellopását, felszerelési tárgyak, illetve személyes adatok, iratok megsemmisítését, kiskorúak szexuális zaklatását.