

PÈSEKISYON SOU ENTÈNÈT: SA POU KONNEN POU W SIPÒTE PITIT OU A OSWA ADOLESAN OU AN

Sèjousi, zafè pèsekisyon sou entènèt la alamòd. Selon etid yo, pèsekisyon sou entènèt la ap ogmante paske pifò adolesan yo genyen tablèt, òdinatè ak esmatfòn nan men yo jounen jodi a. Selon yon etid Pew Research Center (Sant Rechèch Pew) fè, anviwon sis (6) adolesan sou 10 te sibi pèsekisyon oswa tizonnay sou entènèt.

YON KOUTJE SOU ZAFÈ PÈSEKISYON SOU ENTÈNÈT LA

Li plis enfòmasyon sou stopbullying.gov

Men fòm pèsekisyon sou entènèt la kapab pran:

- Lè yo trete yon moun de non chokan
- Lè yo fè bri kouri sou yon moun
- Lè yon moun resevwa imaj endesan li pa t mande
- Lè yon moun ki pa yon paran toujou ap mande yon moun kote li ye, ki sa li ap fè, ak ki moun li ye
- Menas pou fè timoun lan ditò fizikman
- Lè yon moun pataje imaj endesan yon moun san moun lan pa dakò.
- Lè yon moun fè magouy sou entènèt (li kreye yon fo idantite anliy pou li ka twonpe yon moun oswa fè li mal)

Men kote pèsekisyon sou entènèt kapab fèt:

- Mesaj tèks/mesaj SMS
- Aplikasyon mesajri yo (pa egzanp, WhatsApp, Kik)
- Medya sosyal yo (pa egzanp, Snapchat, TikTok, Instagram)
- Fowòm anliy/fowòm diskisyon yo (pa egzanp, Reddit, Discord)
- Jwèt videyo anliy/kominote jwè
- Imèl
- Aplikasyon videyo an dirèk yo (pa egzanp, Periscope, YouNow)

Moun yo enkyete paske zafè pèsekisyon sou entènèt la ogmante pandan pandemi an. Nou konnen genyen plis timoun ki ap itilize medya nimerik yo, epi kantite adolesan ki an kòlè, ki gen enkyetid, ki soufri depresyon, ki gen estrès, epi ki santi yo sèl ogmante anpil. Sepandan, pòko gen rechèch ki montre si zafè pèsekisyon sou entènèt la ogmante oswa diminye pandan moman sa a.

Kèlkeswa rechèch la, mwayen ki pi enpòtan pou w konnen si pèsekisyon sou entènèt la ap fè enpak sou pitit ou a se mande li. Mande li si li te remake chanjman nan zafè pèsekisyon sou entènèt la pandan pandemi an, oswa si li menm oswa zanmi li yo te remake chanjman. Poze li kesyon sou aplikasyon oswa rezo sosyal li ap itilize yo epi montre li ou enterese toutbonvre. Chita pale a kapab kreye lyen epi fè ou konprann sa ki ap pase. Gen prèv ki montre adolesan yo deplizanpli ap pale sou zafè pèsekisyon an ak adolesan parèy yo epi ak paran yo.

KIJAN ASÈLMAN SOU ENTÈNÈT LA DIFERAN PA RAPÒ AK PÈSEKISYON FAS-A-FAS LA?

- **Yon gwo kantite moun kapab wè li.** Kolèg, moun ki zanmi yon zanmi, granmoun, epi menm etranje kapab wè anpil bagay moun poste anliy, selon platfòm lan ak paramèt konfidansyalite li yo.
- **Li kapab pèsistan ak pèmanan.** Depi ou fin poste yon bagay anliy, ou pa kapab retire li. Moun kapab anrejistre oswa re-poste menm pòs tanporè yo, epi yo aksesib 24 sou 24. Sa rann li difisil pou yon viktim pèsekisyon sou entènèt chape anba enpak pèsekisyon sou entènèt la.
- **Li kapab vin grav.** Depi ou poste yon bagay anliy, li kapab atire atansyon lòt gwoup moun ki ka agrave sitiyasyon an nan repataje mesaj la oswa mete piman sou pèsekisyon an nan lòt manyè.

KIYÈS KI GEN RISK POU SIBI PÈSEKISYON SOU ENTÈNÈT?

Tout timoun ak adolesan gen risk pou yo sibi pèsekisyon sou entènèt.

Kèk timoun ka menm gen pi gwo risk, tankou sila yo:

- Ki gen pwoblèm konpòtmantal ak emosyonèl
- Ki ap viv avèk twoub Espèk Otis
- Ki gen pwoblèm aprantisaj
- Ki ap viv avèk andikap entèlektyèl oswa devlopmanal
- Ki ap viv avèk twoub lapawòl ak langaj
- Ki idantifye tèt yo antanke LGBTQ
- Ki se imigran ki fenk vini oswa ki gen lang prensipal yo ki pa Anglè
- Ki pa fò nan itilize medya sosyal yo.

KI ENPAK PÈSEKISYON SOU ENTÈNÈT LA FÈ AKOUTÈM AK ALONTÈM?

Men sa timoun ak adolesan ki sibi pèsekisyon yo gendwa santi lapoula:

- Sezisman
- Enkyetid
- Depresyon
- Lide pou touye tèt yo*
- Lawont
- Laperèz
- Mank amoupwòp
- Detrès
- Fristrasyon oswa kòlè
- Sentòm fizik, tankou vant fè mal, tèt fè mal, menm kriz panik
- Distraksyon (ki kapab fè enpak sou pèfòmans akademik oswa atletik)

Tout pèsekisyon kapab fè enpak dirab, menm si nou pa konnen konbyen tan efè sa yo dire. Timoun ki sibi asèlman sou entènèt yo gen risk pou gen:

- [Depresyon](#)
- [Enkyetid](#)
- Solitud
- Lide pou touye tèt yo*
- [Estrès Apre Chòk](#)

*[Selon CDC](#), pifo jèn moun yo pa eseye touye tèt yo. Men, timoun ki gen depresyon, twoub abi sibstans, konpòtman vyolan, ki te eseye touye tèt yo oparavan, epi ki kapab jwenn zamafe gen plis risk pou yo komèt suisid.

Liy Nasyonal pou Prevansyon Swisid: 1-800-273-8255

Liy Tèks pou Kriz: Voye mesaj tèks Got5 nan 741741

KIJAN NOU KAPAB EDE ANPECHE PÈSEKISYON SOU ENTÈNÈT LA EPI SIPÒTE TIMOUN YO?

Bay Sipò Emosyonèl. Se petèt bagay ki pi enpòtan an. Toudabò, chèche jwenn tout detay ou kapab jwenn sou sa ki te pase a. Fè yo konnen ou menm ak lòt moun ap ede asire sekirite yo. Lè timoun yo jwenn sipò nan men timoun parèy yo, paran yo, moun ki ap okipe yo, pwofesè yo, ak lòt granmoun, sa kapab ede yo anpil.

Pale Avèk Lòt Moun. Pale avèk pwofesè pitit ou a, lòt moun ki ap okipe li yo, antrenè li yo, ak tout moun ki an kontak avèk pitit ou a sou sa ki te pase a, ak sa yo ap fè pou yo jere zafè pèsekisyon sou entènèt la.

Konsèy pou Granmoun yo: Nou kapab kwape pèsekisyon an sèlman lè tout kominote a fè yon jefò pou li kreye règ kont pèsekisyon ak direktiv pou moun itilize medya anliy yon manyè ki apwopriye. Nou ap bezwen anpil moun mete men – epi tout kote pitit ou a ye, fòk gen jefò ki ap fèt pou kwape zafè pèsekisyon an – lakay, nan lekòl la, sou teren espò a, nan gwoup kominotè yo, ak nan legliz ak tanp yo.

Jwenn Sipò ak Aksyon an Gwoup. Ede pitit ou a oswa adolesan ou an jwenn zanmi ki pou mete tèt ansanm avèk li pou yo fas kare san danje ak timoun ki fè pèsekisyon yo pou fè yo konnen li pa akseptab. Eseye evite kite timoun jwe wòl espektatè.

Reflechchi Sou Medya Anliy yo. Timoun (ak granmoun yo) atache ak medya anliy yo paske yo pa vle rate anyen ki ap pase (fear of missing out, FOMO). Men paran yo, pwofesè yo, ak lòt moun ki ap bay swen yo kapab fikse limit sou telefòn yo, oswa ankouraje yo mete yo sou kote pou yon ti moman; montre adolesan yo itilize kontwòl konfidansyalite yo; epi ede yo evite dram sosyal yo, lè sa posib.

Si Sa Nesesè, Chèche Èd yon Pwofesyonèl. Si pitit ou a tèlman afekte sou plan emosyonèl li fè gwo enpak negatif sou aktivite akademik, sosyal, lwazi, oswa vi famiyal li, [pale avèk pedyat li an](#) antanke premye sipò pou rezoud nenpòt pwoblèm sante mantal.

Nou tout plonje nan yon lanmè nimerik, epi nou pa kapab soti ladan. Men, nou kapab aprann eksplwate medya sosyal ak medya nimerik yo pou nou ankouraje bon konpòtman, byennèt sosyal ak emosyonèl, ak kominikasyon ki apwopriye. Sa ap pran tan, men nou tout kapab fè jefò a ansanm.

Pou w jwenn plis enfòmasyon sou pwoblèm sante mantal selon gwoup laj timoun yo, ale sou [Paj Paran ak Fanmi sou Pwojè TEACH la](http://bitly.com/PTEACH-Family): <http://bitly.com/PTEACH-Family>

Yon mès espesyal pou Gwoup Paran ki Konseye nan Pwojè TEACH (Project TEACH Parent Advisor Group), ki ede elabore dokiman sa a.