

ការសម្អាតគំរាមតាមអ៊ីនធឺណិត (Cyberbullying) ៖ អ្វីដែលមាតាបិតាត្រូវដឹង

តើការសម្អាតគំរាមតាមអ៊ីនធឺណិតគឺជាអ្វី?

ការចូលទំនាក់ទំនងតាមអនឡាញរបស់យុវជនវ័យក្មេងកាន់តែមានការកើនឡើងជាលំដាប់ ដែលធ្វើឱ្យពួកគេងាយរងគ្រោះចំពោះការសម្អាតគំរាមកំហែងតាមអ៊ីនធឺណិត។ ការសម្អាតគំរាមកំហែងនេះអាចកើតឡើងតាមរយៈបណ្តាញសង្គម កម្មវិធីផ្ញើសារផ្សេងៗ ឬវេទិកាលេងហ្គេម ហើយច្រើនតែមិនត្រូវបានគេកត់សម្គាល់ឡើយ។ ការសម្អាតគំរាមកំហែងតាមអ៊ីនធឺណិតអាចនាំឱ្យមានការថប់បារម្ភ ធ្លាក់ទឹកចិត្ត និងដកខ្លួនចេញពីក្រុមគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិ។ មាតាបិតាគួរតែស្វែងយល់ព័ត៌មាន រក្សាការប្រាស្រ័យទាក់ទងដោយបើកចំហ និងតាមដានសកម្មភាពតាមអ៊ីនធឺណិត ដើម្បីជួយការពារកូនរបស់ពួកគេ។ ការយល់ដឹង និងការគាំទ្រទាន់ពេលវេលាអាចធ្វើឱ្យមានភាពខុសប្លែកគ្នាយ៉ាងខ្លាំង។

ការសម្អាតគំរាមកំហែងតាមអ៊ីនធឺណិត កើតឡើងនៅពេលដែលនរណាម្នាក់ប្រព្រឹត្តិអាក្រក់ដាក់មនុស្សម្នាក់ទៀតតាមរយៈសេវាកម្មអនឡាញ ឬប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិកណាមួយ។ ឧទាហរណ៍នៃការសម្អាតគំរាមតាមអ៊ីនធឺណិតរួមមាន៖

- ផ្ញើសារអាក្រក់ៗទៅកាន់នរណាម្នាក់
- ផ្សព្វផ្សាយរូបថត/វីដេអូរបស់មនុស្សម្នាក់ទៀតដែលធ្វើឱ្យពួកគេតូចចិត្ត/ពិបាកចិត្ត
- បង្ក្រាបមតិឱ្យឈឺចាប់អំពីនរណាម្នាក់
- បង្កើតប្រូហ្វាល (Profile) ក្លែងក្លាយរបស់នរណាម្នាក់ និងបញ្ឆោតអ្នកដទៃដោយប្រើប្រូហ្វាលក្លែងក្លាយនោះ

តើខ្ញុំគួរធ្វើដូចម្តេចប្រសិនបើកូនរបស់ខ្ញុំកំពុងត្រូវបានសម្អាតគំរាមកំហែងតាមអ៊ីនធឺណិត?

- វាជារឿងសំខាន់ក្នុងការពិចារណាថាតើការដកឈប់ឱ្យប្រើឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិករបស់កូននឹងធ្វើឱ្យពួកគេមានអារម្មណ៍កោដេវឬទេ។ ប្រសិនបើកូនរបស់អ្នកកំពុងប្រើឧបករណ៍របស់ពួកគេដើម្បីភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយមិត្តភក្តិ និងស្វែងរកការគាំទ្រ ការឱ្យពួកគេបន្តប្រើឧបករណ៍អាចមានប្រយោជន៍។
- បង្កើតកន្លែងសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នក និងកូនរបស់អ្នកដើម្បីពិភាក្សាអំពីអ្វីដែលកំពុងកើតឡើង និងស្វែងយល់ពីអារម្មណ៍របស់ពួកគេ។ អ្វីដែលសំខាន់គឺមិនត្រូវវិនិច្ឆ័យ និងធានាថាកូនមានអារម្មណ៍ថាត្រូវបានគេស្តាប់។
- ស្វែងយល់ពីបញ្ហាដោយសួរសំណួរដែលនឹងជួយអ្នកឱ្យយល់ថាតើរឿងនេះចាប់ផ្តើមនៅពេលណា គេកំពុងប្រើប្រាស់បណ្តាញអ្វី បើវាកើតឡើងដោយផ្ទាល់ តើនរណាខ្លះដែលពាក់ព័ន្ធ។ ចំណុចសំខាន់គឺផ្តល់ឱកាសដល់កូនក្នុងការពិចារណាជម្រើសរបស់ពួកគេ និងជៀសវាងការប្រញាប់រកដំណោះស្រាយពេក។
- ពន្យល់អំពីជម្រើសរបស់ពួកគេ និងផ្តល់ព័ត៌មានឱ្យបានច្រើនតាមដែលអ្នកអាចធ្វើបាន ដើម្បីធានាថាពួកគេអាចធ្វើការសម្រេចចិត្តដោយមានព័ត៌មានសព្វជ្រុងជ្រោយ។
 - ពិចារណាថាតើសេវាកម្មសុខភាពផ្លូវចិត្តដូចជាការផ្តល់ប្រឹក្សានឹងមានប្រយោជន៍សម្រាប់កូនរបស់អ្នកដែរឬទេ។
 - ទាក់ទងប៉ូលីស ប្រសិនបើកូនរបស់អ្នកត្រូវបានគេវាយលើរាងកាយ ហើយវីដេអូនោះត្រូវបានចែករំលែកតាមអ៊ីនធឺណិត។
- ការឆ្លើយតបទៅនឹងការសម្អាតគំរាមកំហែងតាមអ៊ីនធឺណិតអាចធ្វើឱ្យស្ថានភាពកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរឡើង ដូច្នេះអ្នកគួរតែលើកទឹកចិត្តកូនរបស់អ្នកកុំឱ្យតបត។ ប្រសិនបើអាច សូមព្យាយាមបិទខ្ទប់ (block) ឬបិទសំឡេង (mute) អ្នកដែលផ្ញើសារឈឺចាប់ទាំងនោះ ហើយផ្តល់ជំនួយស្ម័គ្រចិត្តប្រមូលភស្តុតាងជំនួសពួកគេ ប្រសិនបើវាធ្វើឱ្យយុវជននោះតូចចិត្ត។
- ពិចារណាផ្លាស់ប្តូរការកំណត់ឯកជនភាព (Privacy) ដើម្បីកំណត់អ្នកដែលអាចចូលមើលប្រូហ្វាល (Profile) របស់ពួកគេបាន។
- ពិចារណាស្វែងយល់ថាតើសាលារៀនរបស់កូនអាចផ្តល់ការគាំទ្រអ្វីខ្លះបាន។





✓ អ្វីដែលសំខាន់គឺត្រូវតាមដានការផ្លាស់ប្តូរណាមួយនៅក្នុងទម្លាប់ប្រចាំថ្ងៃ និងអារម្មណ៍ទូទៅរបស់កូនអ្នក។ ឧទាហរណ៍នៃការផ្លាស់ប្តូរនេះអាចរាប់បញ្ចូលទាំងការមិនទៅរៀននៅសាលា មិនចូលរួមសកម្មភាពក្រៅម៉ោង មិនបរិភោគអាហារ និងការគេចវេសមិនចូលរួមសកម្មភាពសង្គមផ្សេងៗ។



ការរាយការណ៍អំពីការសម្ងាត់កំហែងតាមអ៊ីនធឺណិត

- ចាប់ផ្តើមប្រមូលភស្តុតាងនៃការសម្ងាត់កំហែងតាមអ៊ីនធឺណិតដោយរក្សាទុកវានៅលើឧបករណ៍ ថតយកអេក្រង់ (screenshots) និងប្រាកដថាវាមានកាលបរិច្ឆេទ ពេលវេលា និងព័ត៌មានលម្អិតអំពីគណនី។ កុំរក្សាទុករូបភាពអាសអាភាសផ្លូវភេទ ឬរូបភាពមិនសមរម្យណាមួយរបស់អ្នកពាក់ព័ន្ធ ព្រោះវាខុស ច្បាប់។ សូមកត់ត្រា URL (តំណភ្ជាប់) ជំនួសវិញសម្រាប់ធ្វើជាភស្តុតាង។
- អ្នកអាចរាយការណ៍អំពីការសម្ងាត់កំហែងតាមអ៊ីនធឺណិតតាមរយៈអនឡាញ ឬតាមរយៈគេហទំព័ររបស់ស្នងការសុវត្ថិភាពតាមអ៊ីនធឺណិត (eSafety Commissioner)។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចរាយការណ៍បញ្ហានេះតាមរយៈវេទិកាអនឡាញ ឬពួកគេមិនអាចជួយបានទេ អ្នកអាចបញ្ជូនបញ្ហានេះទៅកាន់គេហទំព័ររបស់ស្នងការសុវត្ថិភាពអ៊ីនធឺណិត ដោយបំពេញទម្រង់អនឡាញនៅ www.esafety.gov.au/report

ឯកសារយោង

ការសម្ងាត់កំហែងតាមអ៊ីនធឺណិត | តើសម្ងាត់កំហែងតាមអ៊ីនធឺណិតជាអ្វី? ស្នងការសុវត្ថិភាពតាមអ៊ីនធឺណិត
<https://www.esafety.gov.au/key-topics/cyberbullying>

ការសម្ងាត់កំហែងតាមអ៊ីនធឺណិត | គោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់ឪពុកម្តាយ និងអ្នកថែទាំស្នងការសុវត្ថិភាពតាមអ៊ីនធឺណិត

ជំនួយផ្សេងៗដែលអាចរកបាន

- ការគំរាមកំហែងតាមអ៊ីនធឺណិតអាចធ្វើឱ្យយុវជនមានអារម្មណ៍ឯកោ និងភ័យខ្លាច ប៉ុន្តែមានជំនួយដែលអាចរកបាន។ អ្នកអាចនិយាយទៅកាន់ក្រុមគ្រួសារ ឬមិត្តភក្តិ ឬសេវាកម្មគាំពារដូចជា ក្រុមការងារជំនាញគ្រួសារ និងយុវជន (Fair Foundations) តាមរយៈអ៊ីមែល hello@fairfoundations.org.au
- ជំនួយផ្សេងទៀតរួមមាន kidshelpline.com.au ឬ headspace.org.au។



Fair Foundations

(02) 9727 4333 | hello@fairfoundations.org.au | fairfoundations.org.au

