

Óvd a szíved!

Internetes zaklatás

Zaklatás az, amikor valakit akarata ellenére, elegendő indok nélkül folyamatosan vagy ismételten piszkálnak, csúfolnak, zavarnak, nyugtalanítanak. Ez lehet fenyegetés, zsarolás, megszegényítés, illetlen képek küldése, lejáratás, az áldozat személyes adatainak közzététele, az azokkal való visszaélés, és még sok minden más. Mindig egy valamire összpontosítanak, ami lehet igaz, de túlhangsúlyozzák, ráirányítják a figyelmet, azt akarják, hogy az illető szenvedjen, és ő is mindig csak azzal foglalkozzon. Ez történhet úgy, hogy e-mailen küldözgetnek üzeneteket valakinek, amelyekben megfenyegetik vagy kiközösítik az illetőt. Ma már a mobiltelefon szinte helyettesíti a számítógépet, így telefonon is lehet olyan szöveges üzeneteket, fényképeket küldeni, amelyek megalázó helyzetbe hoznak valakit.

Nem új jelenség az iskolai csúfolódás, melynek során egy vagy több gyermek hosszan, kitartóan, folyamatosan szavakkal bánt, gúnyol, piszkál valaki(ke)t. Mindenki emlékszik legalább egy olyan esetre a saját életéből, amikor csúfolták, vagy piszkálták a társai. Régebben úgy történt a zaklatás, hogy egy vagy több gyermek kiszemelt valakit, és rendszerint agresszív fellépéssel, fenyegetéssel próbálták megfélemlíteni vagy azért, mert el akartak venni tőle valamit, vagy egyszerűen csak unaloműzésből, szórakozásból. Az erőszakos magatartás miatt a legtöbb gyermek sem szólni, sem „harcolni” nem mert.

Azután jött az **internet** korszaka, amikor sokan azok közül, akik addig gyengeségük vagy gyávaságuk miatt nem tudtak másokat bántani, hirtelen számos új és hatásos lehetőséghez jutottak. Ma már név, arc, személyes érintkezés, kockázat és következmények nélkül lehet kegyetlenkedni másokkal. Ez a kockázat és következmény nélküliség az internet egyik nagy vonzereje és egyben csapdája is.

Amikor egyedül vagy a telefonoddal és kapcsolódsz az internethez, az egész világ máris ott van melletted: a szüleid, a nagyszüleid, a barátaid, az osztálytársaid, a tanáraid, a szomszédaid és még sok-sok ember, akiket alig vagy csak félig-meddig ismersz. Talán csak egyetlen emberrel csevegsz, de mivel az internet nem felejt, az, amit elküldesz, bárkihez eljuthat.

Mit tehetsz, ha téged zaklatnak?

Ne engedj az indulataidnak, amikor valakitől sértő, bántó üzenetet kapsz. Ne válaszolj azonnal! Ha Isten gyermeke vagy, mondd el Istennek, hogy milyen érzések gyötörnek, amióta megkaptad az üzenetet.

Ne feledd, nem te vagy az oka annak, ami történt. A zaklatás oka mindig az, hogy valaki bántani akar téged. De fontos tudnod azt is, hogy leginkább magadnak ártasz, ha őrizgeted indulataidat, gyűjtöd haragos érzéseidet. Könnyen a bosszúvágy rabjává tehetnek, ami agressziót gerjeszthet benned. A végső megoldás mindig a megbocsátás, ami nem jelenti azt, hogy a zaklatót (ha ismered) a barátságodba kellene fogadnod.

Blokkold a csatornát, ahonnan a zaklatás érkezik! Ha egyedül nem tudod, kérj bátran segítséget! Az illetőnek mondd is el, miért akarod blokkolni az üzeneteket.

Fontos, hogy azt, ami történt, és amit átéltél, mondd el a szüleidnek, vagy egy megbízható felnőttnek, az egyik tanárodnak vagy barátodnak. A szüleid egészen biztosan emlékeznek arra, milyen volt, amikor őket bántotta valaki. Féltenek téged, de az internet talán nekik nem annyira



ismerős, mint neked. Talán te többet tudsz róla, mint ők, és ezért azt gondolod, nem tudnak segíteni. Ez nem igaz. A legfontosabb az, hogy meghallgatnak és szeretnek, és erre van leginkább szükséged. Talán nem tudják, hogyan kell blokkolni egy csatornát, és azt javasolják, hogy egy ideig ne netezz. Ha ez a javaslatuk valami miatt rosszul érint, őszintén mondd el nekik!

Mit tehetsz, ha te zaklattál valakit?

Tudnod kell, Istennek nem tetszik, amit tettél. Isten haragját gyűjtöd magad ellen a zaklatással. Javaslom, hagyd abba ezt a viselkedést! Ha az utóbbi mellett döntöttél, akkor bánd meg bűnödöt Isten előtt, és kérj bocsánatot a zaklatott személytől. De, ha még nem fogadtad el Megváltódnak az Úr Jézust, akkor Isten előtt a többi bűnöd is ugyanolyan utálatos, mint a zaklatás. Isten várja, hogy azokat is őszintén megbánd Őelőtte, és hittel odafordulj az Úr Jézushoz. Csak így lehet teljesen új életet kezdeni.

Akár zaklattak, akár te zaklattál valakit, bizonyára rosszul érzed most magad. Azt gondolhatod, nem vagy elég jó, ill. hogy túl nagy rosszat tettél. Ézsaiás próféta kijelentést kapott Istentől. Így prófétált: *„De most így szól az Úr, a te teremted, Jákób, a te formálód, Izráel: Ne félj, mert megváltottalak, neveden szólítottalak, enyém vagy! Ha vízen kelsz át, én veled vagyok, és ha folyókon, azok nem sodornak el. Ha tűzben jársz, nem perzselődsz meg, a láng nem éget meg”* (Ézsaiás 43,1–2). Nem szó szerinti tűzről és vízről beszél. Arról beszél, amit az emberek belül élnek át, amikor például zaklatják őket, vagy amikor a büntudat gyötri őket. Isten minden embert értékesnek tart és szeret. Téged is! *Olvasd végig ezt a részt: Ézsaiás 43,1–21! Megerősít, ha már Isten gyermeke vagy, de ha még nem adtad át Neki az életedet, arra bátorít, hogy fordulj Őhöz őszinte bűnbánattal és bizalommal.*

Pistainé Kelemen Éva