Mga Nakatagong kalakaran ng Pagkawalang-galang

Australian Government

VIOLENCE AGAINST WOMEN
LET'S STOP IT AT THE START

Mga nakatagong kalakaran ng pagkawalang-galang

Ang paggamit ng sosyal media at mga plataporma sa online ay mga normal na paraan ng pagpapanatili ng mga pakikipagrelasyon sa mga tao, magbasa ng mga balita, manood ng mga video at maglaro.

Ang mga kabataan ay umuubos ng maraming oras sa online—lalo na sa kanilang mga edad ng pagkatin-edyer, na ang nilalaman sa online na kanilang pinapanood at pinapakinggan ay makapag-iimpluwensya at maghuhubog sa kanilang mga pananaw at pag-uugali.

Karamihan sa mga plataporma ng sosyal media ay pinapatakbo ng kumplikadong algorithms (mga patakaran, signal at datos na namamahala sa plataporma) na ipinapakita sa atin ang mga profile o inilagay para basahin/panoorin (posts) na sa isip nila ay maaaring magustuhan nating makipag-ugnayan. Ibig sabihin din nito na makikita natin ang mga ikinarga (posts) sa online na maaaring makakapagbigay sa atin ng kasiyahan, mayroon ding panganib na malantad tayo sa walang paggalang at mabalasik na nilalaman sa anumang oras.

Bilang mga magulang at tagapag-alaga, magiging mahirap para pagbawalan (censor) o pahupain (moderate) ang nilalaman sa online na malalantad ang mga kabataan. Upang masuportahan ang ating mga kabataan, kailangan nating magbuo ng mas mabuting kamalayan tungkol sa kung ano ang kanilang nakikita at naririnig at ang epekto nito sa kanilang mga pang-unawa tungkol sa paggalang at kagalang-galang na pakikipagrelasyon at karahasan laban sa kababaihan.

Pakay ng kampanyang *Stop it at the Start* na patigilin ang karahasan sa mga kababaihan. Ang karamihan sa mga biktima ng karahasan sa pamilya, tahanan at sekswal ay mga babae at ang karamihan sa mga karahasan laban sa kababaihan ay isinagawa ng mga lalaki.

Subali't, alam natin na maraming mga iba't-ibang paraan upang makaranas ang tao ng karahasan. Pakay ng gabay na ito na suportahan ang mga may edad upang maunawaan ang mga nakatagong kalakaran ng pagkawalang-galang na nalalantad sa mga kabataan.

Pagkawalang-galang sa online

Ang nakakapinsalang nilalaman at pagkawalang-galang na pag-uugali sa online ay maaaring mag-anyo ng ganito:

- nanghihiya o wikang seksista sa mga komento
- nagdidiskriminasyong wika o pagtrato ng mga babae sa online na paglalaro (gaming)
- nakikipagbahagi ng personal o matalik na mga larawan o video ng ibang tao na walang kapahintulutan
- nakikipagbahagi sa ibang mga tao ng matalik, sekswal o marahas na nilalaman sa online
- mga 'meme' o pagbibiro (jokes) tungkol sa panggagahasa, palihim na pagsubaybay (stalking), o mas mababang pagtingin sa mga babae kumpara sa mga lalaki
- isinusulong ang mga pag-uugali na pinapalusot at binabale-wala ang panliligalig at karahasan o pinagbibintangan ang biktima
- mga salitang kalye (slang) at kasabihan na nagmula sa nakakapinsala at walang galang na wika.
- mga taga-impluwensya o taong may malaking mga tagasubaybay na walang galang sa ibang mga tao o nagpapanatili ng mapanganib na mga pag-uugali at ideya tungkol sa mga dapat ginagampanan ng kasarian.

Magiging napakadali para sa mga kabataan na mahulog sa patibong na iisiping ang mga inilalagay (post) sa sosyal media ay naglalarawan sa tunay na buhay. Sa karamihang beses, sila ay nalalantad sa mga pinalabis na pakitang-tao ng mga taong gustong kunin ang kanilang atensyon.

Ang mga presyon (pressure) mula sa sosyal media ay lubhang totohanan at mayroon itong mga kalalabasan para sa ating lahat. Nakakaapekto ito sa kalusugan sa isipan ng kabataan pati na pagbabago sa kanilang mga saloobin at pag-uugali.

Mahalagang matulungan ang mga kabataan na maunawaan at harapin ang negatibo at mapanghamon na nilalaman sa online. Sa pamamagitan ng bukas ang kalooban at madalas na pakikipag-usap, matutulungan mo ang kabataan na magbuo ng mga kasanayan na kailangan nila upang magkaroon ng malusog, may paggalang na mga pakikipag-ugnayan sa online at sa tunay na daigdig.

Ang algorithms ng sosyal media at nakakapinsalang nilalaman

Nakakaapekto ang algorithms ng sosyal media sa kung ano ang ating nakikita. Maraming algorithms na pinasadya ang pagkakagawa nila para ipakita sa atin ang nilalaman na inuugnayan natin ng malimit. Halimbawa, kung lalong mag-uugnay ang kabataan sa isang ikinarga (post) sa pamamagitan ng pagla-like (liking), pagkokomento, o pakikibahagi, mas madaling mangyari na umpisang makikita nila ang mga kaparehong ikinarga (post) tungkol sa paksa na nasa kanilang isinalang (feed).

Ang pagsubaybay sa isang account ay kalimitan na mangangahulugang may mga kaparehong account ang isusubo sa kabataan. Nangangahulugan din ito na kung sila ay magsusumbong (report) o matigil ang pagsubaybay (unfollow) ng account, ang algorithm ay maaaring hindi na magpapakita muli ng mga ito.

Kung ang isang tao ay nakipag-ugnay sa isang posibleng nakakapinsalang nilalaman pati na nilalaman na walang galang sa mga batang babae, mga may edad na babae (women) at mga taong nagpalit ng kasarian (diverse) o pwedeng babae at lalaking kasarian (fluid), o naglalaman ng mga mensaheng misogynistic (lubhang di-matuwid ang pagtingin sa babae), homophobic (disgusto sa mga baklang tao) at /o mga mensaheng sumusuporta sa karahasan, mauuwi ito na makakakita sila ng mas maraming kaparehong nilalaman o dumaraming materyal na nakakapinsala sa kanilang mga inilalagay (feeds). Kung minsan ang 'algorithms' ay nagiging dahilan na ang nilalaman ay 'going viral' (nagiging popular kaagad) sa pamamagitan ng mabilis at malawakan na pagpapakalat nito, at ito ang magpapalaki sa maling impormasyon at mga sobrang matinding pananaw.

Ang kalimitang pinagtutuunan ng mga taga-impluwensya (influencer) sa sosyal media ay mga kabataan, pati na mga batang lalaki at mga lalaki, ng mga nakakasira at walang paggalang na mga nilalaman (content) kahit na hindi nila hinahanap ito. Kung minsan, itong negatibong nilalaman ay nagkukunwaring isang positibo at nakakatulong sa pag-uumpisa ng pagpokus sa mga malusog na paraan ng pamumuhay, mga nakamit sa pag-iisport at kalusugan ng isipan. Ito ay ginagamit upang mahila sa umpisa ang kabataan, ang nilalaman ay banayad (o hayagan) na hahalilihan at dadagdagan pa ng mga nakakasamang nilalaman na lalo pang mag-iigting kapag sila (user) ay nakipag-ugnayan dito.

Ang karamihang ipapakita sa atin sa online ay maiimpluwensyahan ng kung ano ang ating hinahanap, pinapanood at pinakikipag-ugnayan. Kung mas positibo ang nilalaman ng ating pakikipag-ugnay, mas kaunti ang nakakasakit o walang galang na nilalaman ang ipapakita sa atin.

Mahalagang ipaalam sa mga kabataan na hindi sila kailangang makipag-ugnay sa lahat ng bagay na kanilang nakikita sa online, lalo na kung ito ay nakakagalit sa kanila o hindi maging komportable ang pakiramdam nila. Ang ipinapakita sa atin sa online ay naiimpluwensyahan ng kung ano ang ating hinahanap, pinapanood at pakikipag-ugnayan. Kung mas positibo ang nilalaman ng ating pakikipag-ugnay, mas kaunti ang nakakasakit o walang galang na nilalaman ang ipapakita sa atin.

Masasanay mo at ng kabataan ang inyong sarili ng mga paraan para maharang at mai-report ang mga account o ikinarga (posts) sa online na nagsusulong ng nakakapinsala o walang galang na nilalaman. Ito ay makakatulong na mababawasan ang mga ganitong nakikita mong nilalaman at maaaring magresulta ito na ipatanggal ang nakakasamang nilalaman.

Dagdagan ang kaalaman tungkol sa kung paano ka makakapagbigay ng ***Isumbong ang online na kapahamakan*** | **eSafety Commissioner**

Ang kaugnayan sa pagitan ng walang paggalang sa online, mga saloobin na sumusuporta sa karahasan at karahasan

Dahil sa karamihan ng kabataan ay umuubos ng maraming oras sa online, kung ano ang kanilang nakikita at ginagawa ay nakakaapekto sa kanilang mga pag-uugali at paniniwala.

Ang walang paggalang sa online ay isa sa maraming paraan sa pagsisimulang mabuo ang mga saloobin na sumusuporta sa karahasan. At sa lumalalang nangyayari, nakikita natin ang maraming nakakapinsalang mga taong taga-impluwensya ang sumisikat. Itong mga taga-impluwensya ay bukod-tanging pinasadya ang kanilang nilalaman (content) para maakit ang mga lalaki at mga kabataang lalaki sa pamamagitan ng mga ikinarga (post) o meme na umpisa ay tungkol sa kalusugan, mga nakamit sa paglalaro ng isport at tagumpay sa negosyo, at pagkatapos sa pamamagitan ng ikinakarga (post) na umpisa ay banayad (o hayagan) na maghihikayat sa mga batang lalaki na maging misogynistic, disgusto sa mga taong bakla (homophobic), magwalang galang sa mga babae at kabataang babae at mga taong nagpapalit ng kasarian (gender diverse) o pwedeng babae o lalaki (fluid), at magsagawa ng marahas na mga pag-uugali. Itong mga pagkakarga (posts) ay mauuwi na dinadala ang mga tao tungo sa mga komunidad sa online na magkaroon ng sagad-tindi (extremist) na mga paniniwala, halimbawa, ang incel (involuntary celibate) na kilusan (movement).

Sa paglipas ng panahon, itong mga walang paggalang na mga pananaw ay mag-uumpisang maging normal at makakaapekto sa pag-uugali at kung pababayaang hindi tinututulan, ay maghuhubog sa klase ng pagkatao at kapartner na paglalakihan nila.

Nagtutustos sa walang galang na nilalaman

Ang pakikipagkomunikasyon sa online ay dapat na harapin nang magkaparehong pag-iingat at paggalang katulad din sa harap-harapang mga pag-uugnayan.

Kung minsan sa online, nadarama ng tao na kailangang sumagot o magbigay ng opinyon sa lahat ng mga bagay o magbahagi ng nakakagulat na mga bagay na kanilang nakita sa iba na parang kasiya-siya. Ang pakikiugnay at pagbabahagi ng walang galang na nilalaman ay lalong nagpapatindi nito at nagdudulot na maglabas ng mas matinding nakakapinsalang nilalaman na maipapakita. Pakiramdam ng mga tao na hindi sila makikilala sa online, at nakakalimutan na ang mga komento at larawan o impormasyon na binabahagi natin ay may tunay na epekto sa buhay ng ibang mga tao. Ang walang galang na mga komento at pag-like o pag-share ng bastos, nakakapanlait na nilalaman ay makakasira sa kalusugan sa isipan ng ibang tao, sa kanilang pagkapribado at/o karangalan.

Walang galang na wika

Ang isang halimbawa kung paanong ang mga nakakasirang saloobin ay magsimulang parang normal na lang ay ang paggamit ng wikang walang galang at panghihiya sa tao.

Ang mga salitang kalye (slang) o mga kasabihan ay kalimitang ginagamit sa online at ang ilan ay maaaring positibo ngunit ang mga iba naman ay lalong nakakasira. Mabilis na nagbabago ang mga salitang ito at ang kanilang kasikatan ay lumalago at nag-iiba sa paglipas ng panahon. Bilang may gulang na tao, mahirap intindihin kung ano ang ibig sabihin nito o maki-uso ('keep up') sa mga salitang ginagamit ng ating mga kabataan. Ang salita kung minsan ay may maraming ibig sabihin, ngunit sa karamihang beses, ito ay itinakdang maging negatibo at makakainsulto.

Narito ang ilan sa mga kasalukuyang termino na karaniwang ginagamit sa online na nakabaon sa walang paggalang.

Beta:	Itong termino ay ginagamit bilang isang insulto para ilarawan ang isang hindi dominanteng lalaki. Nagsusulong ito ng pagkaagresibo, ng dominanteng pag-uugali at pinagpapatibay ang nakakasirang pagtatatak (stereotype) tungkol sa pagkalalaki. *'Kung makikinig ka sa isang babae, ikaw ay sulsulan sa kanya. Siya ang nagkokontrol at ikaw ay isang beta.'*
Gyatt:	Isang termino na ginagamit upang ipahayag ang kagalakan pagkatapos na makakita ng magandang hugis-katawan na babae. Naghihikayat ito sa mga kabataan na ang pagtingin at pagtrato sa isang babae ay bilang mga kagamitang bagay lamang.
Simp:	Itong termino ay ginagamit upang ipahayag ang isang lalaki na 'sunod-sunuran' ('subservient') sa isang babae para masungkit ang kanyang pagmamahal. Ginagamit ito ng malimit upang punahin ang lalaki na masyadong maasikaso, magalang o mapagsuporta sa mga babae. *'Ibinili mo siya ng bulaklak? Ew, masyado kang isang simp, itigil mo ang pagkadesperado!'*
Negging:	Ito ay isang 'pag-sungkit' ('pick up') na pagporma (technique) na ang isang tao ay emosyonal na pinapaandaran (manipulate) ang isa pang tao sa pamamagitan ng pagbibigay ng sampal na paaldabis (backhand) na papuri o nakatalukbong na insulto. Ito ay nakadisenyo para makadama siya ng pagkabuway (insecure) at hanapin ang pag-aapruba ng nagsasalita. Ito ay isang salitang pang-aabuso, kalimitang ginagamit bilang elemento ng pag-uugaling pagkontrol. *'Oh naglagay ka ng makeup ngayong araw? Hindi ka naman napakasama ang hitsura kung magsisikap kang magpaganda.'*
Alpha:	Itong termino ay kalimitang ginagamit upang ipahayag at gawing ideyal ang lalaking dominante sa kanyang mga pakikipagrelasyon sa ibang tao. Nagpapasulong ito ng pagka-agresibo at pinalalakas ang nakakasirang mga pag-stereotype tungkol sa pagkalalaki. *'Ang isang alpha ay mataas na katayuan, naghahabol ng respeto, at hindi nagsisilbi sa mga babae.'*

Alamin ang karagdagan

Ang Linya (The Line)

Hinihikayat ng The Line ang malusog at mga may paggalang na pakikipagrelasyon sa pamamagitan ng paglaban at pagpapabago ng mga saloobin at pag-uugali na sumusuporta sa karahasan. Ang The Line ay pinopondohan ng Kagawaran ng Mga Serbisyong Panlipunan ng Pamahalaang Australya (Australian Government Department of Social Services). Inihahatid ito ng Our Watch. www.theline.org.au

Sentro ng Kagalingan ng Estudyante (Student Wellbeing Hub)

Ang Student Wellbeing Hub ay minsanan- puntahang himpilan (one-stop shop) para sa impormasyon at mga mapagkukunan tungkol sa mga istratehiya ng kaligtasan sa paaralan upang makatulong sa mga guro at pamunuan ng paaralan, mga estudyante, mga magulang, mga ekspertong propesyonal na sumusuporta sa mga estudyante at mga magiging guro na estudyante (pre-service teachers). www.studentwellbeinghub.edu.au

eSafety Commissioner

Ang eSafety ay isang independiyenteng tagapamahala para sa kaligtasan sa online, na nagtuturo sa mga Australyano tungkol sa mga panganib sa kaligtasan sa online at tumutulong sa pagtatanggal ng nakapipinsalang nilalaman katulad ng cyberbullying, cyber abuse, at walang pagpapayag na pagbabahagi ng pangmatalik (intimate) na mga litrato o video. Ang website ng eSafety ay maraming mga mapagkukunan at pabatid para mailagay sa kaligtasan sa online ang mga bata.

Algorithm ng Walang Paggalang

Ang *Algorithm of Disrespect* ay isang panggamit na pagkatuto upang mapasigla ng isang kabataan ang karanasan sa online na makukuha sa wikang Ingles lamang. Ito ay nakadisenyo upang ibahagi at turuan ang mga may edad tungkol sa bago at mga nakatagong anyo ng walang paggalang na sinasabakan ng mga kabataan sa online sa araw-araw.

Sa pamamagitan ng karanasan, makikita ninyo kung gaano kadali lumilitaw ang nakakasira at walang galang na nilalaman sa 'feed' ng isang kabataan sa sosyal media ang kung gaano kadali na ang pagkawalang galang ay nagiging katanggap-tanggap.

Alam ninyo ba kung ano ang nakapag-iimpluwensya sa inyong mga anak? Galugarin ang *Algorithm of Disrespect* upang makita ang mga nakatagong uso/kalakaran na nauuwi sa karahasan sa ***www.respect.gov.au***

Makapagre-report ka rin sa online tungkol sa mga nakakapinsala sa www.esafety.gov.au

Sabihin Ito ng Malakas (Say It Out Loud)

Ang Say It Out Loud ay naghihikayat sa mga komunidad na LGBTQ+ na magkaroon ng mga malusog na pakikipagrelasyon, makakuha ng tulong para sa hindi malusog na pakikipagrelasyon at suporta para sa kanilang mga kaibigan. ***www.sayitoutloud.org.au***

Bisitahin ang ***respect.gov.au/translated*** upang ma-access ang karagdagang impormasyon at mapagkukunan sa inyong wika.

DSS 3364