

Omien rajojen vahvistaminen nettideittaillessa

Verkossa deittailuun voi liittyä estottomuutta, joka näyttyy rajattomuutena, kuten liiallisena avoimuutena, nopeasti etenevään viestittelyyn antautumisena tai intiimien kuvien tai videoiden jakamisena. Verkkoesittomuus voi lisätä merkittävästi romanssihuijauksen uhriksi joutumisen riskiä.

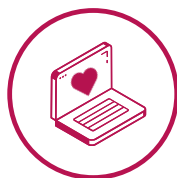


Verkkoesittomuus saa meidät haavoittuvaisiksi

Verkkoesittomuudella tarkoitetaan ilmiötä, jossa ihmiset sanovat tai tekevät verkossa asioita, joita he eivät todennäköisesti tekisi kasvokkain. Verkossa olo voi tuntua rennommalta ja vapaammalta, mikä saa monet ilmaisemaan itseään rohkeammin. Meistä voi tuntua helpommalta jakaa tavallista avoimemmin henkilökohtaisia asioita ihmisille joita emme ole koskaan tavanneet kasvotusten.



Verkkoesittomuudesta hyötyvät romanssihuijarit ja muut kyberkolliset, jotka toimivat deittisovelluksissa ja sosiaalisen median alustoilla petollisin aikein.



Verkossa deittailu voi olla myös turvallista, mutta se vaatii omien rajojen asettamista ja niiden tunnistamista. Minkälaisiin rajoihin tulisi kiinnittää huomiota kun tapaa uusia ihmisiä verkossa?



Kommunikoinnin rajat

Selkeällä kommunikoinnilla ilmaiset viestittelykaverille tunteesi ja tarpeesi. Hänen tulee kunnioittaa ja huomioida niitä. Jos kohtaat jatkuvaa epäkunnioittavaa kohtelua kuten painostamista, manipulointia tai toisen yllättävää katoamista tai huomaat, että viestittely etenee liian nopeasti, on tervettä ja kunnioittavaa itseäsi kohtaan asettaa rajat viestittelylle ja lopettaa yhteydenpito.



Intiimien kuvien tai videoiden jakaminen

Jos saat romanttiselta viestittelykaveriltasi pyytämättä intiimejä kuvia tai sinua painostetaan lähettämään sellaisia, on muistettava, että ilman vastaanottajan lupaa lähetettävä intiimi kuva on Suomen rikoslain mukaan rangaistava teko. Intiimien kuvien jakamiseen liittyy aina vaara siitä, että ne päätyvät väärin käsiin tai niillä kiristetään kuvien lähettäjä.



Epäterveen verkkosuhteen päättäminen

Verkkosuhteen lopettaminen on oleellista, jos tulet jatkuvasti manipuloiduksi tai kohtaat epäkunnioittavaa kohtelua ja käytöstä. On tärkeää muistaa, että se ei kerro sinusta ihmisenä vaan romanttisen viestittelykaverin toiminnasta. Arvosta omaa aikaasi, tunteitasi ja tarpeitasi. Muista, että voit lopulta vaikuttaa vain omaan toimintaasi ja käyttäytymiseen.



Elämä verkkotodellisuuden ulkopuolella

Voit huolehtia omista rajoistasi ja hyvinvoinnistasi keskittymällä elämäsi verkkotodellisuuden ulkopuolella. Näe läheisiäsi ja ystäviäsi, tee arjessasi konkreettisia asioita, jotka ensisijaisesti tuovat sinulle hyvää. Itsellesi hyvää tekevien valintojen kautta lisää positiivisuuden kierrettä elämässäsi.