



 **Pestalozzi
Children's
Foundation**

ШТОЈСА

Ky aktivitet realizohet nga
SMART AP - Laboratori për Inovacione Sociale Shkup, në kuadër të projektit
"Promovimi i një mjedisi të sigurt shkollor"

Projekti "Promovimi i një mjedisi të sigurt shkollor" zbatohet nga Koalicioni i organizatave rinore
"SEGA" në partneritet me Qendrën maqedonase për edukim qytetar,
Ambasada e parë e fëmijëve në botë "MEGJASHI" dhe SMART AP –
Laboratori për Inovacione Sociale Shkup
dhe financuar nga Fondacioni për Fëmijë "Pestaloci".

 smart

 **CEGA**
Коалиција на младински организации
www.sega.org.mk



**MACEDONIAN
CIVIC
EDUCATION
CENTER**



Ryetje për diskutim



Промоција на безбедна училишна средина
Проект поддржан од Детска фондација Песталоци

ЕДУЛАБ



1. Çfarë është saktësisht bulizmi kibernetik dhe si ndryshon ai nga format e tjera të dhunës?

- Përgjigje: Ngacmimi kibernetik është keqpërdorimi i teknologjive digjitale për të ngacmuar, frikësuar ose dëmtuar qëllimisht dhe në mënyrë të përsëritur të tjerët përmes platformave në internet si rrjetet sociale, aplikacionet e mesazheve dhe postën elektronike. Ndryshe nga dhuna fizike ose verbale, ngacmimi kibernetik mund të jetë anonim, i disponueshëm vazhdimisht (24/7) dhe mund të arrijë një numër të madhe njerëzish në një kohë të shkurtër.

2. Pse njerëzit zgjedhin të prezantohen në mënyrë anonime në internet dhe cilat janë pasojat e kësaj?

- Përgjigje: Anonimiteti në internet shpesh jep një ndjenjë të rreme sigurie dhe fuqie. Njerëzit mund të ndjehen të lirë të sillen në mënyrë agresive ose të vrazhdë sepse besojnë se nuk mund të identifikohen ose ndëshkohen. Kjo mund të çojë në manipulim, përhapje të informacionit të rremë, ngacmim dhe shfrytëzim të të tjerëve dhe mund të shkaktojë trauma psikologjike afatgjatë për viktimat.

3. Si të njihni dhe mbron profilet tuaja nga identitetet apo kërcënimet e rreme?

- Përgjigje: Së pari, duhet të jeni selektiv për atë që pranoni si miq ose ndjekës. Sigurohuni që profili të ketë informacion të mjaftueshëm personal, foto autentike dhe aktivitete të qëndrueshëm. Për mbrojtje shtesë, përdorni cilësimet private, vërtetimin me dy faktorë dhe mos i ndani kurrë informacionet personale me të huajt.

4. Cilat aktivitete mund të rrisin ndërgjegjësimin për bullizmin kibernetik në komunitetin tonë dhe si mund t'i përfshijmë të gjithë nxenesit?

- Përgjigje: Ne mund të organizojmë punëtori interaktive me ekspertë të sigurisë kibernetike dhe të shëndetit mendor, të krijojmë projekte arti (postera, video, bllogje) që nxjerrin në pah rreziqet e bullizmit në internet dhe të formojmë "ambasadorë sigurie" për të edukuar bashkëmoshatarët. Angazhimi i nxenesve në këto aktivitete do t'i ndihmojë ata të identifikohen me mesazhin dhe të bëhen pjesëmarrës aktivë në parandalimin e dhunës.





5. Çfarë mund të bëni nëse jeni viktimë e bullizmit në internet dhe pse është e rëndësishme të mos heshtni?

- Përgjigje: Nëse jeni viktimë, ruani menjëherë provat (fotografitë e mesazheve, komentet), bllokoni dhunuesin dhe raportoni rastin në platformën sociale. Por më e rëndësishmja, ndajeni problemin me prinderit, mësues ose psikolog shkolle – heshtja vetëm sa e forcon dhunuesin. Duke shpërndarë, ju mund të merrni mbështetje dhe të parandaloni ngacmimet e mëtejshme.

6. Cilat shenja mund t'ju paralajmërojnë se një profil në rrjetet sociale mund të jetë i rremë ose i rrezikshëm?

- Përgjigje: Shenjat e një profili të rremë janë pak ose aspak informacione personale, fotografi që duken "perfekte" ose profesionale, profile që kanë vetëm pak miq ose janë krijuar së fundmi. Gjithashtu, nëse personi shmang komunikimin e drejtpërdrejtë ose kërkon informacione private, duhet të jeni të kujdesshëm.

7. Pse të rinjtë duhet të flasin për bullizmin kibernetik me prindërit dhe mësuesit e tyre dhe si mund të ndikojë në gjendjen e tyre psikologjike?

- Përgjigje: Të folurit për bullizmin kibernetik mund t'i ndihmojë të rinjtë të kuptojnë se nuk janë vetëm dhe të marrin mbështetje për të zgjidhur problemet. Ngacmimi kibernetik mund të çojë në ankth, depresion dhe ndjenja të izolimit, por përmes bisedave të hapura, ne mund t'i bëjmë të rinjtë më të fortë dhe të parandalojmë pasojat negative.

8. Si njihet saktësisht bullizmi në internet, veçanërisht kur dhunuesi përdor metoda delikate ose indirekte?

- Përgjigje: Ngacmimi kibernetik mund të jetë i drejtpërdrejtë, si mesazhe kërcënuese ose fyese, por edhe indirekte, si p.sh. ndarja e informacioneve private pa leje, krijimi i thashethemeve ose përjashtimi nga grupet. Është e rëndësishme të njihen edhe format delikate të ngacmimit, pasi ato mund të kenë pasoja po aq të dëmshme sa ngacmimi i hapur.



