

Siguria e fëmijëve në Internet

Udhëzues për fëmijët

“Për një lundrim të sigurt në internet”

HYRJE

Interneti është një mjet komunikimi e argëtimi i përdorur në mbarë botën. Interneti tashmë nuk është më një risi për fëmijët dhe të rinjtë por një nevojë e domosdoshme për ata. Të gjithë fëmijët kanë një sërë të drejtash që duhet të respektohen, edhe në internet. Ata kanë të drejtën për të mos u shqetësuar, ofenduar apo ngacmuar nga përdoruesit e tjerë. Ata kanë të drejtë të komunikojnë dhe gjithashtu të argëtohen. Në anën tjetër, fëmijët kanë të drejtë të marrin informacione dhe të ketë përmbajtje të përshtatshme për moshën e tyre, dhe ne mund të themi se zhvillimet teknologjike kanë gjeneruar mundësi të reja që përfshijnë të drejtën për të prodhuar informacion, për të shprehur veten e tyre dhe për të gjeneruar ide. Tani ata janë protagonistë të internetit, dhe jo vetëm konsumatorët pasiv. Zhvillimi i vrullshëm i teknologjisë në vitet e fundit shoqërohet njëkohësisht edhe ekspozimin e fëmijëve ndaj risqeve të shfaqura si rrjedhojë e lundrimit jo të sigurt të fëmijëve në internet. Prandaj ne si shoqëri duhet të marrim masa në mënyrë që fëmijët të jenë të sigurt.

Në këtë kontekst, është hartuar ky udhëzues për të ndihmuar fëmijët për një lundrim të sigurt në internet dhe për të kontribuar kështu në promovimin e internetit sa më të sigurt për ta. Udhëzuesi mund të shërbejë si një burim i rëndësishëm reference për përdoruesit e internetit dhe ofron rekomandime lehtësisht të kuptueshme për fëmijët.

Udhëzuesi ka për qëllim:

- Informimin dhe ndërgjegjësimin e fëmijëve për sigurinë në internet dhe për rreziqet e mundshme ndaj të cilave ata mund të ekspozohen gjatë përdorimit të internetit;
- Udhëzoje fëmijët se si ata të shmangin rreziqet e botës virtuale dhe se si mund të reagojnë kur përballen me to;

ÇFARË ËSHTË INTERNETI?

Interneti revolucionizoi kompjuterat dhe botën e komunikimit si anjëherë tjetër më parë. Interneti ka filluar të zhvillohet në fund të viteve 1960 në Shtetet e Bashkuara të Amerikës nga një grup i studiuesish amerikanë fillimisht për nevoja ushtarake .

Interneti është sistem global i rrjetave të ndërlidhura kompjuterike të cilat bëjnë shkëmbimin elektronik të të dhënave (tekst, muzikë video, fotografi, etj) nëpërmjet përdorimit të kabllave të bakrit, fibrave optike, lidhjeve pa tela dhe teknologjive të tjera. Këto informacione mund të lexohen, shikohen apo shkarkohen nga përdoruesit e tjerë. Pra interneti mundëson praktikisht komunikimin nga një pajisje kompjuterike në tjetrën.

Disa nga shërbimet që interneti ofron aktualisht janë:

- Kërkimi në internet (WebBrowsing) – Ofron mundësi shfletimi në faqe të ndryshme nëpërmjet aplikacioneve kompjuterike të tilla si Google Chrome, Safari, Internet Explorer;
- Posta Elektronike (E-mail) - mundëson dërgimin e mesazheve të tipit tekst, foto, muzikë, video nga një person te një tjetër;
- Bisedat Online (Chat Online) – përdoren për të komunikuar në mënyrë të menjëhershme me personat që janë në linjë online;
- Rrjetet sociale (prsh . Facebook, Twitter, Instagram)
- Lojrat Online

RREZIQET NDAJ TË CILAVE JANË TË EKSPOZUAR FËMIJËT

Përpos lehtësirave dhe avantazheve që Interneti ofron, duhet thënë që duke pasur parasysh që janë miliona njerëz që përdorin internetin, atëherë edhe numri i keqpërdoruesve është i madh. Përdorimi i internetit nga fëmijët është rritur dhe në këtë aspekt, kërkime të ndryshme kanë gjetur se fëmijët që e përdorin internetin më shumë, kanë mundësi që të mësojnë më shumë dhe të ekspozohen ndaj rreziqeve më shumë. Edhe pse ka rreziqe në internet, fëmijët nuk mund të kufizohen nga përdorimi i internetit, sepse në ditët e sotme përdorimi i internetit është një pjesë natyrore e zhvillimit të fëmijëve. Edhe në Shqipëri me ritmet e shpejta të përhapjes së përdorimit të internetit edhe përdorimi i tij nga fëmijët është rritur por, në të njëjtën kohë edhe ekspozimi ndaj rreziqeve është i madh. Sipas një studimi të bërë nga organizata World Vision në vitin 2014 rreziqet më kryesore të perceptuara nga fëmijët janë ato të lidhura me përmbajtjen, pasuar nga ato të lidhura me sjelljen dhe më pas ato të lidhura me kontaktet.

Fëmijët duhet të kuptojnë se ata duhet t'u përmbahen disa rregullave në mënyrë që të jenë më të sigurt kur janë online. Prandaj, siguria në internet është shumë e rëndësishme dhe ne duhet të mësohemi që të mbrohemi nga keqbërësit kur përdorim internetin.

Më poshtë janë listuar disa nga rreziqet më të hasura online :

1. Përmbajtja e paligjshme dhe e papërshtatshme

Interneti ofron burime të ndryshme informacioni dhe argëtimi. Burimet janë nga ato më të besueshmet , të licensuarat deri te faqe pirate të palicensuara. Jo të gjitha përmbajtjet që janë në internet janë të përshtatshme për të gjitha moshat. Disa nuk rekomandohen të shikohen nga fëmijët e moshave nën 18 vjeç. Kjo për arsye se fëmijët e kësaj moshe ende nuk janë të gatshëm për të parë këto informacione pasi në të kundërt mund të ndikojë negativisht në zhvillimin e tyre. Lehtësia për të lexuar këto përmbajtje tregon se fëmijët janë të ekspozuar ndaj risqeve .

Nëse shikoni pamje me përmbajtje të papërshtatshme, jeni të ekspozuar ndaj disa rreziqeve:

- Ndikon negativisht te zhvillimi psikologjik dhe mendor i fëmijës;
- Nxit dhe provokon dëshira seksuale;
- Provokon sjellje të papërshtatshme seksuale;
- Keqeducim për çështjet e seksualitetit;
- Mund të shkaktojë ose nxisë përdhunimin;

Çfarë mund të bëni ju ?

- Përpiquni të respektoni kufizimet e moshës;
- Kuptoni që jo çdo informacion që mund të gjendet në internet është i besueshëm;
- Kuptoni që materialet që nuk janë të dedikuara për ju nuk duhet të shikohen nga mosha juaj;
- Mos jepni të dhëna personale;
- Bisedoni me prindërit tuaj për të identifikuar bashkarisht faqet dhe burimet serioze të informacionit;
- Mos shkarkoni dhe dërgoni foto dhe video me përmbajtje të papërshtatshme;
- Vizitoni faqen www.isigurt.al-Platforma për Mbrojtjen e Fëmijëve Online, për të raportuar rastet konkrete dhe për t'u informuar për mënyrat se si mund ta mbrojnë veten gjatë përdorimit të internetit;
- Kontaktoni Linjën Kombëtare të Këshillimit për Fëmijë ALO 116 111;

2. Cyberbullying

“Cyberbullying” është kur një fëmijë apo adoleshentë është kërcënuar, keqtrajtuar, poshtëruar, tallur, ofenuar ose është vënë në shënjestër në mënyrë të qëllimshme nga një fëmijë ose adoleshent tjetër duke shfrytëzuar përdorimin e internetit, teknologjitë interaktive dhe digjitale ose telefonat celularë. Cyberbullying zakonisht nuk është një komunikim një herë, mund të ndodhë në vazhdimësi.

Ka shumë forma të shfaqjes së cyberbullying, mirëpo këto janë më të shpeshtat:

- E-maile, mesazhe kërcënuese , fyese,tallëse, paragjyquese etj;
- Postimet tallëse ose fyese në rrjetet sociale;
- Etiketime (pseudonime) fyese nëpërmjet postimeve në rrjete sociale ;
- Postim i fotografive, videove të personave të tjerë pa miratimin e tyre, me qëllim tallës dhe fyese;
- Krijimi i profileve fallse në rrjetet sociale në emër të një individi tjetër me qëllim talljeje apo fyerjeje;

Çfarë mund të bëni?

- Mos iu përgjigj mesazheve cyberbullying;
- Ruani mesazhet në orën dhe datën që i keni marrë si dëshmi në rast raportimi. Ruaj Print Screen-et, e-mailet, tekstet e mesazheve;
- Blllokoni aksesin e atyre personave me të cilët nuk dëshironi të komunikoni;

- Nëse keni pranuar mesazhe me përmbajtje fyese apo kërcënuese, nuk është faji juaj. Tregojuni menjëherë prindërve apo një të rrituri të besuar.
- Bisedoni me një të rritur, familjar, të afërm për ngacmimet që ke pasur. Ndhimojini prindërit tuaj të kuptojnë situatën dhe shqetësimet që ju po kaloni;
- Mundohuni ta identifikoni personin i cili ju ngacmon
- Mos u hakmerrni ndaj atyre që ju ngacmojnë;
- Kërkoni ndihmë. Bisedoje me mësuesin tënd, psikologun e shkollës etj;
- Heshtja, kur të tjerët janë duke u lënduar, nuk është e pranueshme. Nëse i lejon në të vazhdojnë t’iu mudojnë, t’iu vënë në siklet cyberbullying nuk do të ndalet;
- Raportoni rastet e cyberbullying në faqen www.isigurt.al - Platforma për Mbrojtjen e Fëmijëve Online;
- Vizitoni faqen www.isigurt.al për t’u informuar për mënyrat se si mund ta mbrojnë veten gjatë aktivitetit online;
- Telefononi ALO 116 111 –Linja Kombëtare e Këshillimit për Fëmijë dhe raporto;

3. Lojërat Online

Interneti sot mundëson faqe të ndryshme të cilat ofrojnë argëtim nëpërmjet lojrave të tyre kompjuterike. Ju mund të luani me kompjuter, telefona celulare në rrjete sociale etj.

Nëse luani lojëra në internet, jeni të ekspozuar ndaj disa rreziqeve:

- Ka persona të rritur, që përfshihen në lojë bashkë ju. Ata shpesh herë ata shtiren sikur janë fëmijë për të krijuar shoqëri. Por qëllimi i tyre mund të mos jetë i mirë. Ata mund të duan të fitojnë besimin tuaj me qëllim që mund t’iu bëjnë keq më vonë.
- Gjatë lojës shpeshherë shfaqen (faqe interneti të cilat hapen vetë) në ekranin tuaj. Përgjithësisht janë reklama, por mund të këtë edhe faqe me përmbajtje të papërshtatshme. Hapja e tyre automatikisht rezikon kompjuterin që po përdorni duke qënë se ato mund të jenë burim virusesh të cilat dëmtojnë gjendjen e tij.

Çfarë duhet të bëni ?

- Përdorni pseudonime gjatë lojës, në mënyrë që të mos zbulohet identiteti juaj. Mos i ndani informacionet tuaja personale (identitetin, adresen, numrin e telefonit, foto personale etj) me njerëz të panjohur;
- Rekomandohet të pyesni prindërit para se të filloni të luani ndonjë lojë të re. Merrni miratimin e tyre paraprakisht. Ata ju ndihmojnë të zgjedhni lojërat më të sigurt;
- Informohuni për varësine psikologjike që mund të krijojë përdorimi i tepërt i saj;
- Mos e lejoni veten të bëhesh i varur pas lojërave në internet, sepse kjo mund të kushtojë shumë në shëndet, mësim dhe financiarisht;
- Mbroni llogaritnë tënde kur e hapni duke i vendosur një fjalëkalim të fortë. Fjalëkalimet (password) e forta kanë së paku tetë karaktere dhe përfshijnë një kombinim të shkronjave të mëdha, numrave, shkronjave të vogla, dhe simboleve;
- Ftoni prindërit të bashkohën në lojë. Në këtë mënyrë ata mund të vlersojnë nga afër lojën;
- Mos përdorni lojëra të pa licencuara (lojëra pirate);
- Raportoni rastet e abuzimit gjatë lojërave online në faqen www.isigurt.al - Platforma për Mbrojtjen e Fëmijëve Online;
- Vizitoni faqen www.isigurt.al për t'u informuar për mënyrat se si mund ta mbrojnë veten gjatë aktivitetit online;
- Telefoni ALO 116 111 –Linja Kombëtare e Këshillimit për Fëmijë dhe raporto;

4. Varësia nga interneti

Termi “*Varësia nga interneti*” përdoret për të shpjeguar përdorimin e tepruar të internetit. Përdorimi i pakontrolluar i internetit mund të ndikojë negativisht në jetën e përditshme, në punë, dhe aspekte të tjera të jetës shoqërore. Mund të njihet edhe si varësia nga kompjuteri apo varësia online.

Disa nga karakteristikat që fëmijët paraqesin në këto raste:

- Shpenzojnë periudha të gjata kohore në internet dhe nuk e menaxhon dot kohën;
- Preferojnë të komunikojnë me shokët e tyre online se me miqtë e tyre reale;
- Preferojnë të luajnë për orë të gjata në lojrat online se sa lojrat reale;
- Zbehet jeta e tyre sociale- kulturore;
- Kohë e pamjaftueshme për të përgatitur detyrat e shtëpisë;
- Probleme dhe efekte negative shëndetësore;
- Probleme pagjumësie;
- Ndikim negativ në marrëdhëniet familjare, prishje e raporeve me shoqërinë;

Çfarë mund të bëni ju ?

- Kërkoni ndihmë nga prindërit apo kujdestarët tuaj;
- Kaloni me tepër kohë me miqtë tuaj, dilni bashke, luani bashke, pra argëtohuni me ta;
- Kërkoni ndihmën e një psikologu/e në shkollë;
- Kontaktoni ALO116 111 – Linjën Kombëtare të Këshillimit për Fëmijë;

5. Njohjet me njerëz të panjohur

Faqe të ndryshme në internet dhe rrjetet sociale, dhomat e chatit etj, ofrojnë mundësi të ndryshme krijimin e njohjeve të reja me miq të rinj virtual. Si rrjedhojë mund të takoni edhe njerëz të cilët nuk kanë asnjë qëllim të mirë ndaj jush. Ata përgjithësisht janë të rritur të cilët fshihen pas profileve dhe identiteteve false. Informacioni që ata përcjellin për vetem e tyre mund të jetë i trilluar. Duhet të tregoheni të kujdesshëm në rast se kërkojnë të ketë një takim nga afër me ju. Rekomandohet ta diskutoni më parë me prindërit tuaj.

Këshillat për fëmijët

- Mos jepni informacion rreth adresës së shtëpisë, shkollës apo numra telefoni personave të panjohur dhe/ose atyre të njohur nëpërmjet internetit;
- Mos shkarkoni foto ose video të dërguara nga adresa/persona të panjohur ose të njohur nëpërmjet internetit;
- Mos i dërgoni fotografitë tuaja personale ndonjë të panjohuri. Nuk mund ta dini se si mund të përdoren ato prej tyre;
- Tregojuni menjëherë prindërve, familjarëve më të rritur, mësueses tuaj nëse ndiheni të rrezikuar ose të frikësuar;
- Kujtoni se personi që ju mund të njihni në internet mund t'iu thotë se është moshatari juaj, por në të vërtetë mund të jetë një i rritur i cili kërkon t'iu lëndojë;
- Mos lini takim dhe mos u takoni me asnjë person me të cilin jeni njohur nëpërmjet internetit;
- Asnjëherë nuk e dini se kush qëndron në anën tjetër të kompjuterit! Tregohuni të kujdesshëm!;
- Bisedojeni me mësuesin tuaj dhe psikologun e shkollës;
- Telefononi ALO 116 111 – Linjën Kombëtare të Këshillimit për Fëmijë për të raportuar çdo shqetësimin tuaj;
- Raporto pranë www.isigurt.al –Platforma për Mbrojtjen e Fëmijëve Online;