

12 KËSHILLA PËR SIGURINË NË RRJETET SOCIALE PËR FËMIJËT ME PAJISJE TË REJA

Shumë prej jush do të përdorni rrjetet sociale për të ndarë emocionet tuaja me miqtë dhe familjen. Të qenët aktiv në mediat sociale është një mënyrë e shkëlqyer për t'u treguar të tjerëve se sa shumë argëtoheni, por është e rëndësishme që të dini se si t'i përdorni këto aplikacione në mënyrë të sigurt dhe të mbrojtur, në mënyrë që të mos ndodhin gjërat e këqija. Duke ndjekur këshillat tona të sigurisë më poshtë, mund të siguroheni që informacioni juaj personal të mbetet privat, postimet tuaja janë pozitive dhe që përdorimi i rrjeteve sociale në përgjithësi të jetë i përgjegjshëm, i shëndetshëm dhe mbi të gjitha i këndshëm.

1. MOS PRANO KËRKESAT PËR SHOQËRI NGA TË HUAJT

Sigurohuni që ta vendosni profilin tuaj në privat në mënyrë që njerëzit që nuk i njihni të mos ju gjejnë në internet. Tregojini gjithmonë një të rrituri të besuar nëse një i huaj ose dikush që nuk e njihni ju dërgon një mesazh apo një kërkesë për miqësi.



2. MOS SHPËRNDANI KURRË TË DHËNAT TUAJ PERSONALE ME NJERËZ QË NUK I NJIHNI

Mbani private të dhënat tuaja personale. Ndonjëherë njerëzit në internet nuk janë gjithmonë ata që thonë se janë dhe mund t'ju kërkojnë të ndani gjëra që nuk ndiheni rehat t'i ndani.



3. MOS SHPËRNDANI FOTOGRAFI OSE VIDEO TË TURPSHME TË TË TJERËVE

Kjo mund t'i shqetësojë ata vërtetë dhe mund t'ju fuse juve në shumë ngatërresa. Gjithmonë mendoni dy herë përpara se të postoni diçka në rrjetet sociale dhe trajtojini njerëzit në internet ashtu siç do të bënit në jetën reale.



4. MOS DËRGO NI ASNJËHERË FOTOGRAFI TUAJËN LAKURIQ TEK TË TJERËT

Kjo mund t'i shqetësojë ata vërtetë dhe mund t'ju fuse juve në shumë ngatërresa. Gjithmonë mendoni dy herë përpara se të postoni diçka në rrjetet sociale dhe trajtojini njerëzit në internet ashtu siç do të bënit në jetën reale.



5. KRIJONI NJË REPUTACION POZITIV ONLINE

Jini gjithmonë xhentil dhe të sjellshëm kur postoni komente në rrjetet sociale dhe ngarkoni vetëm fotografi dhe video të gjërave për të cilat jeni krenar. Kjo është pjesë e gjurmës tuaj dixhitale. Çdo gjë që bëni në internet mund të gjurmohet dhe monitorohet dhe mund të ndikojë në atë që njerëzit mendojnë për ju në jetën reale nëse është negative.



6. KUFIZONI SHPËNZIMIN E KOHËS TUAJ PARA EKRANIT

Mediat sociale mund të krijojnë varësi dhe është e lehtë që vazhdimisht të kontrolloni lajmet ose njoftimet tuaja çdo 5 minuta, gjë që mund të ndikojë në sjelljen tuaj dhe t'ju ndalojë të bëni gjëra të tjera. Mbani mend të përdorni telefonin tuaj vetëm në periudha të caktuara të ditës, të fikni njoftimet në kohën e gjumit dhe të dilni jashtë e të argëtoheni sa më shumë që është e mundur. Kjo do t'ju mbajë në formë dhe të shëndetshëm dhe do t'ju bëjë të vlerësoni se jeta ka më shumë sesa thjesht ato që janë në mediat sociale.

*
*

7. BLOKONI BULLIZUESIT

Ndonjëherë njerëzit mund t'ju thonë gjëra të këqija në internet ose të postojnë komente fyese në fotografitë ose videot tuaja. Nëse kjo ndodh, tregoni gjithmonë një të rrituri të besueshëm, që t'ju ndihmojë t'i bllokoni ata nga profili juaj dhe t'ju mbështesë për të ndërmarrë veprime të mëtejshme.



8. RAPORTO PËRMBAJTJEN E PAPËRSHTATSHME

Nëse shihni diçka në rrjetet sociale që nuk ju pëlqen, ju ofendon ose ju mërzhit, duhet t'ia raportoni gjithmonë një të rrituri të besueshëm. Ju gjithashtu duhet ta raportoni tek aplikacioni i rrjetit sociale, i cili do të jetë në gjendje ta heqë përmbajtjen nëse është në kundërshtim me politikën e tyre të përdorimit dhe mund t'a bllokojë personin që e ka postuar atë.



9. PËRDORNI VETËM APLIKACIONET TË CILAT JENI 'MJAFTUESHËM I PJEKUR' PËR T'I PËRDORUR

Para se të shkarkoni ndonjë aplikacion të ri të rrjeteve sociale, kontrolloni gjithmonë vlerësimin e moshës. Nëse keni nevojë për ndihmë, pyesni prindin ose kujdestarin tuaj që të sigurohet që aplikacioni është i sigurt për t'u përdorur dhe të mos shkarkoni kurrë asgjë për të cilën jeni shumë i ri, pasi mund të përmbajë përmbajtje që nuk është e sigurt për ju.



10. GJITHMONË SIGURONI TË GJITHA PROFILET TUAJ NË RRJETET SOCIALE ME FJALËKALIM

Kjo do të ndihmojë për të mbajtur të sigurt informacionin tuaj privat dhe nuk do të lejojë që të tjerët të kenë qasje në profilet tuaja pa lejen tuaj. Sigurohuni që fjalëkalimet tuaja të jenë të paharrueshme dhe personale për ju, por diçka që njerëzit e tjerë nuk mund ta marrin me mend, dhe gjithmonë ndajini ato me prindërit tuaj në rast se i harroni.



11. KËRKONI PRINDËRVE TË VENDOSIN 'KONTROLLET PRINDËRORE' PËR RRJETET SOCIALE

Kur shkarkoni një aplikacion të rrjeteve sociale, duhet të kërkonte gjithmonë një të rritur të besueshëm t'ju ndihmojë ta konfiguroni atë për herë të parë. Kjo do t'ju ndihmojë të kontrolloni se kush shikon atë që postoni, kush mund t'ju kontaktojë dhe të siguroheni që jeni në gjendje të shijoni përdorimin e aplikacionit në mënyrë të sigurt dhe të mbrojtur.



12. GJITHMONË FLISNI ME NJË TË RRIUR TË BESUESHËM, NËSE RRJETET SOCIALE PO JU BËJNË TË PALUMTUR

Ndonjëherë, mediat sociale mund të na bëjnë të ndihemi keq me veten tonë ose të trishtuar që nuk jemi njësoj si dikush tjetër ose që bëjmë të njëjtat gjëra si dikush tjetër. Mbani mend, nëse ndonjëherë ndiheni kështu, është vërtet e rëndësishme të flisni me dikë të rritur të besueshëm siç janë: prindërit, kujdestarët, anëtarët e tjerë të rritur të familjes ose një mësues, të cilët të gjithë do të jenë në gjendje t'ju mbështesin dhe të diskutojnë rreth ndjenjave tuaja me ju, për t'ju ndihmuar të ndiheni më mirë.

PENKOS

Parents Education Network of Kosova

Përkthim dhe përshtatje