



Të folurit me fëmijët rreth

PËRDORIMIT TË MEDIAS





PËRDORIMI I MEDIAS

Adoleshentët janë tërësisht të njohur me botën e medias sociale (Facebook, Whatsapp, Instagram, etj.). Ata janë socializuar me mediet (libra, filma, gazeta, televizion, internet ...) që nga vitet e hershme të fëmijërisë. Shkollat përdorin mësimin elektronik si pjesë të kurrikulës së tyre dhe i pajisin nxënësit me tabletë dhe kompjuterë. Revolucioni elektronik shkon përpara aq shpejt sa gjeneratat e prindërve ndihen krejtësisht të pafuqishme dhe të mbingarkuara.

Media formon identitetin e në veçanti identitetin gjinor; ajo informon e manipulon dhe, kështu, rrjetet globale depërtojnë në sferën tonë private. Shumë prindër janë skeptikë dhe mbajnë një pikëpamje kritike ndaj këtyre zhvillimeve.

Adoleshentët vazhdimisht komunikojnë në internet, ndërsa paradoksalisht, komunikimi me prindërit gjithnjë e më shumë është i marginalizuar ose, në rastin më të keq, ka pushuar së ekzistuari.

Pra, si është e mundur që t'i edukojmë adoleshentët për rreziqet, si dhe për mundësitë që ofrojnë mediet dhe t'i udhëzojmë ata në përdorimin e përgjegjshëm të tyre? Ne kemi përgatitur për ju një përzgjedhje të këshillave, strategjive dhe informatave të dobishme, të zbatueshme për situatat kryesore në vijim:



Të reflektuarit mbi zakonet tona me medie ([faqe 3](#))



Si ta fillojmë një bisedë me adoleshentët ([faqe 4](#))



Vendosja e rregullave së bashku ([faqe 6](#))



Të dalluarit e sjelljes problematike ([faqe 8](#))

Informata të mëtutjeshme në internet:

www.jugendundmedien.ch Portali informativ për nxitjen e kompetencës së medias (Gjuhët: gjermanisht, frëngjisht dhe italisht)

www.schau-hin.info Udhëzues mbi medie për familjet. Ofron informacion rreth rreziqeve dhe mundësive të përdorimit të medieve, me këshilla për edukimin medial (Gjuhët: gjermanisht dhe turqisht)

«Rregullat e arta» Këshillat më të rëndësishme për përdorim të sigurt të medieve elektronike: <https://www.jugendundmedien.ch/de/flyer-goldene-regeln-in-16-sprachen.html> (në 16 gjuhë)



Të reflektuarit mbi zakonet tona me medie

Megjithëse gjithnjë e më shumë mund të ndiheni se bijtë ose bijat tuaja adoleshente nuk i japin më asnjë vlerë mendimeve dhe qëndrimeve tuaja gjatë pubertetit të tyre, ju nuk duhet ta nënvlerësoni ndikimin tuaj në procesin e formimit të opinionit të tyre. Ju keni qenë personi i tyre kryesor i referimit gjatë gjithë viteve të formimit të fëmijëve tuaj, në thelb një busull për t'i mbështetur dhe për t'i udhëzuar përpara. Fëmijët tuaj mësojnë dhe mësojnë prej jush se si të orientohen në botë, të dallojnë të drejtën dhe të gabuarën dhe si të bashkëveprojnë me njerëzit e tjerë, mediet dhe makinat. Ky rol nuk zhduket thjesht brenda natës.

Kështu, ju vazhdoni të përmbushni funksionin e një modeli të rëndësishëm, edhe pse adoleshentët tuaj po fillojnë t'i zvogëlojnë lidhjet në marrëdhënien tuaj prind-fëmijë. Prandaj, është e rëndësishme që prindërit të njohin qëndrimin dhe zakonet e tyre. Këtu, ju keni mundësinë për të dalluar dhe reflektuar mbi sjelljet tuaja në medie. Ndoshta e gjeni vetveten në sjelljen mediale, në dukje “të pamundur”, të adoleshentëve tuaj?

Vrojtoni veten tuaj:

- Si komunikoni me njerëz të vërtetë?
- Si komunikoni përmes internetit? A bëni dallim midis këtyre dyjave?
- Kur dhe në çfarë kohe përdorni mediet?
- Sa shpesh i përdorni mediet brenda një dite?
- Sa shpesh e hapni pajisjen tuaj të dorës për ta kontrolluar shpejt motin, e-mailin ose të përgjigjeni në një mesazh në WhatsApp?
- Për çfarë qëllimi i përdorni mediet?
- A e merrni në dorë telefonin tuaj gjatë ngrënies apo gjatë bisedave?
- A është i ndezur televizori juaj gjatë aktiviteteve të tjera të kohës së lirë?
- A janë kompjuterët apo pajisjet mobile vazhdimisht të ndezura për të marrë mesazhe?



Si ta fillojmë një bisedë me adoleshentët?

Një formë e mundshme komunikimi me adoleshentët është t'i angazhoni ata në diskutimet e temave që u interesojnë. Në vend që ta shfryni pakënaqësinë tuaj lidhur me përdorimin e pajisjeve elektronike nga ana e birit apo bijës, tregoni interesim dhe kërkonte qëllimin e përdorimit të medieve nga ana e tyre.

- Për çfarë qëllimi ke nevojë për laptopin, tabletin / telefonin tënd të mençur?
- Cilat lloje të kanaleve të komunikimit i përdor?
- Cilat aplikacione i përdor dhe për çfarë?
- A mund të më tregosh se si fotografitë / tekstet / videot shpërndahen në rrjete të ndryshme?

Angazhoni adoleshentin tuaj në një diskutim rreth përdorimit individual të medieve. Për këtë qëllim, ju dhe fëmija juaj mund të vendosni të mbani një ditar të medias për një periudhë kohore të caktuar. Ditari i medias është dokument digjital që duhet të plotësohet në kompjuter. Ju mund ta gjeni këtë dokument në faqen tonë të [internetit](#).

- Krahasoni përdorimin tuaj të medieve me atë të adoleshentëve tuaj. Kush e shfrytëzon cilin medium dhe për çfarë qëllimi?
- Çfarë rëndësie kanë këto medie për të dyja palët?
- Kush bezdiset ose shqetësohet nga çfarë? Pse?
- Çfarë lloj dëshirash keni ju dhe fëmijët tuaj?
- Pajtohuni për një agjërime apo pushim nga mediet, të pranueshëm reciprokisht.

Duke mbajtur një ditar të medias, ju mund të forconi njëkohësisht vetërregullimin e fëmijëve tuaj adoleshentë: A mendon se unë po e humb kohën time, apo përdorimi i medieve po më zhvillon personalisht? Në fund të fundit, qëllimi kryesor i edukimit për medie konsiston në të mësuarit e fëmijëve të mi për të përvetësuar një shfrytëzim të qëllimshëm dhe të vetëdijshëm të medias.

Shfrytëzoni mediet së bashku, duke angazhuar kështu bijtë dhe bijat tuaja në bisedë. Mund t'i merrni në konsideratë mundësitë e mëposhtme:

- Këqyrni nga afër një nga emisionet tuaja të preferuara televizive, shfaqjet nga jeta reale (reality shows), ose një lojë në internet: si funksionojnë krijuesit e tyre? Cilat objektiva ndjekin programet apo lojërat? Si

paraqiten aktorët apo konkurrentët? Si ndikohen shikuesit? A ndodh haptazi apo fshehurazi? Sa të vërteta janë “shfaqjet reale”?

- Së bashku, shfrytëzoni aplikacionet nga telefonat e mençur (p.sh. për përpunimin digjital të fotove, krijimin e videove). Krijimi i diçkaje kuptimplote dhe puna me lojëra dhe aplikacione “të sofistikuar” çon në mënyrë të vetëdijshme tek të marrurit me telefonat e mençur dhe mediet në përgjithësi (p.sh. krijimi i një libri elektronik, romani fotografik). Një tjetër efekt pozitiv i bashkëpunimit midis prindit dhe fëmijëve në krijimin e një produkti digjital është vështrimi kritik i shtuar i përmbajtjes së medias. Nëse e di nga përvoja personale se si bëhet filmi, si përpunohen fotografitë, etj., unë kam një vështrim tjetër të asaj që shoh në internet.
- Kërkimi për gjurmët në rrjet: së bashku me adoleshentët tuaj, kërkoni informacion për veten ose për të njohurit dhe të afërmit tuaj. Diskutoni çfarë keni gjetur dhe çfarë do të thotë ky informacion për individët në fjalë. A janë shkelur të drejtat e privatësisë? Si mund ta mbroj fshehtësinë time personale? Si do të doja ta prezantoj veten në internet? Çfarë lloj informacioni rreth meje nuk duhet të arrijë ndonjëherë në internet?



Vendosja e rregullave së bashku

Ndalimi i përgjithshëm i përdorimit të medieve (interneti, televizioni, telefoni i mençur, etj.) nuk është i këshillueshëm dhe me siguri nuk është i zbatueshëm në mënyrë strikte. Media është pjesë e jetës sonë të përditshme dhe pos rreziqeve, ofron edhe shumë përfitime, të tilla si mundësi të të mësuarit, kontakte me miqtë, lojë dhe argëtim, informacion, shpjegime dhe kështu kontribuon në themelin e shoqërive tona demokratike.

Prandaj, është e rëndësishme të biem në ujdj mbi rregullat e përbashkëta për përdorimin e medieve. Këto rregulla janë të përcaktuara në një marrëveshje të përbashkët, e cila është lehtësisht e arritshme për të gjithë (p.sh. e ngjitur në derën e frigoriferit). Përfshini adoleshentët tuaj në diskutimin e pikave të mëposhtme. Negociojeni një pozicion të përbashkët dhe regjistrojeni atë me shkrim. Pasojat e mundshme të shkeljes së ndonjë rregulli të veçantë duhet po ashtu të figurojnë me shkrim. Ashtu si çdo kontratë tjetër, kjo marrëveshje mbi mediet duhet të nënshkruhet nga të gjitha palët dhe ta ketë vendin dhe datën.

Në mënyrë të veçantë, si do të dukej një kontratë e tillë? Në [faqen 11](#) do të gjeni një kontratë model për përdorimin e telefonit të mençur.

Më poshtë, do të gjeni temat e parashtruara në kontratë dhe të nxjerra në një formë të përcaktuar bashkë:

- Korniza kohore: Sa kohë shpenzon në ditë ose në javë duke përdorur mediet (veçanërisht kuptimplote me fëmijët më të rritur). Mundohu t'i dallosh si më poshtë, nëse është e mundur:
 - Media e shtypur
 - Shfletimi i internetit
 - Loja (duke përdorur internetin / me pajisjet elektronike)
 - Biseda në telefon me miqtë / të afërmit
 - Bisedat virtuale me miqtë / të afërmit
 - Shikimi i filmave apo videove
- Mbrojtja e të dhënave:
 - Përbahuni nga zbulimi i pakujdesshëm i të dhënave tuaja personale.
 - Të dhënat private, si fotot, kaloji vetëm tek personat e njohur, të besuar. Së pari, gjithmonë mendoje: a mos do të jesh ndoshta i ngacmuar më vonë për përmbajtjen? Nëse je në dyshim, përmbahu nga publikimi / dhënia e këtyre të dhënave.
 - Krijoni dhe publikoni të dhënat e të tjerëve (p.sh. fotot, videot etj.) vetëm me pëlqimin e shprehur të këtyre personave.
 - Aktivizoni shërbimet e vendndodhjes (p.sh. GPS), Bluetooth ose NFC (Komunikimi i fushës së afërme)

kur është e nevojshme.

• Telefonat celularë:

- Mbulimi i shpenzimeve: Kush, sa, për çfarë paguan?
- Instalimi dhe administrimi i aplikacionit: kush është përgjegjës?
- Zbulimi i kodeve dhe aranzhimeve për mbrojtjen e fëmijëve dhe të rinjve: instalimi së bashku dhe verifikimi herë pas here për të përcaktuar nëse aranzhimet janë ende si duhet.
- Pajtimi për kohën / vendet e lira për celularë dhe respektimi i institucioneve si kishat, spitalet, etj.

• Interneti:

- Përdorni dhe ndryshoni shpesh fjalëkalime adekuate.
- Kur përdorni përmbajtje që rrjedhin nga interneti, diskutoni me fëmijën tuaj në formë të përshtatshme për moshën, mbrojtjen e pronës intelektuale, si dhe mënyrat si t'i citoni burimet në detyra të shtëpisë dhe prezantime.
- Verifikoni rregullisht së bashku aranzhimet tuaja të privatësisë me shërbimet e mesazheve dhe rrjetet sociale.
- Zbatoni ligjet e autorësisë. Mos shpërndani përmbajtje si muzikë, video, etj., të cilat normalisht janë me pagesë.
- Mashtrimet në internet: Nëse fëmijët tuaj janë mashtruar përmes intrernetit (p.sh. blerje ose abonim pa dashje), mos i fajësoni ata dhe përpiquni ta qartësoni situatën së bashku.
- Është e domosdoshme për të marrë miratimin paraprak prindëror për blerjet dhe porositë.

• Video dhe TV:

- Vëreni ofertat televizive të përshtatshme për moshën.
- Asnjë shikim i televizorit anash kur bëni detyrat e shtëpisë ose përfshirje në aktivitete të tjera të përbashkëta si të ngrënit apo biseda.
- Shikoni programet televizive dhe filmat së bashku, si një aktivitet i përbashkët, dhe lejoni individët të zgjedhin me radhë programet për t'i shikuar.

• Lojërat:

- Lojërat e reja dhe panelet e komandimit: mos i fusni pa marrëveshje paraprake apo pa përcjellje prindërore në buxhetin e themeluar mujor.
- Respektoni kufizimet e moshës.
- Prindërit nuk duhet thjesht t'i mbyllin lojërat e adoleshentëve të tyre pa ua dhënë atyre një mundësi për t'i ruajtur ato.
- Zbatoni kontrollin adekuat të zërit.
- Luani së bashku.

• Prindërit duhet t'ua bëjnë të qartë adoleshentëve të tyre: Nëse diçka duket e çuditshme për ty, ose nëse je i mërziur për përmbajtje të caktuar, nëse je i tronditur ose i traumatizuar për diçka, nëse ke turp, ose nëse një person i panjohur kërkon nga ti informata tejet personale, të lutem mos ngurro të më kontaktosh mua në çdo kohë.



Të dalluarit e sjelljes problematike

Në diskutimet me adoleshentët tuaj, sigurohuni që të theksoni rreziqet e përdorimit të medieve, veçanërisht të atyre elektronike. Mbajeni kontaktin me fëmijët tuaj dhe interesohuni për aktivitetet e tyre. Vëzhgoni ndryshimet e dukshme të sjelljes dhe rrihi vigjilentë.

Nëse adoleshentët tregojnë rënie dramatike të performancës në shkollë ose e izolojnë plotësisht veten nga shoqëria, nëse mirëqenia e dobët fizike ose emocionale e tyre është një gjë e përditshme, kontaktoni personat e tjerë referues, siç janë mësuesit e klasës. Kërkojuni atyre të japin vlerësimin dhe ndihmën e tyre.

Si të dallojmë ngacmimet kibernetike?

Treguesit e ngacmimeve kibernetike nuk janë qartë të dallueshëm, ngase autorët, viktimat dhe spektatorët shpesh ngurrojnë ta bëjnë veten të njohur. Megjithatë, ngacmimet kibernetike sigurisht ndryshojnë sjelljen e fëmijëve të prekur. Ata priren të:

- ... tërhiqen nga shoqëria dhe nuk u pëlqen të shkojnë në shkollë. Performanca e tyre në klasë bie dhe interesat e tyre ndryshojnë ndjeshëm.
- ... shfaqin simptoma fizike dhe psikologjike (p.sh. mungesë oreksi, shqetësime gjumi, dëshpërim, ndjenja inferioriteti dhe depresioni).
- ... nuk kënaqen më me përdorimin e internetit. Ata largohen nga bisedat në internet nëse dikush tjetër shikon në ekran, ose duken të shqetësuar dhe të humbur pasi lexojnë postime dhe mesazhe të reja.
- ... vazhdimisht e bllokojnë çdo bisedë në lidhje me ndryshime në sjellje ose ndryshime të tjera të dukshme, duke i minimizuar ato, ose edhe duke reaguar me turp dhe duke iu shmangur pyetjeve.

Çfarë mund të bëjnë prindërit:

- Ofroni mbështetje: Fëmijët duhet të ndihen të sigurt se mund të flasin me prindërit e tyre në çdo kohë për përvojat e tyre në internet dhe se besimi në ta nuk paraqet pengesë të pakapërcyeshme.
- Tregoni mirëkuptim: Reagoni me arsye dhe me simpati ndaj ndryshimeve të mundshme në sjelljen e fëmijës.
- Merrni gjërat seriozisht: Fëmijët duhet ta dinë se ata dhe shqetësimet e tyre merren seriozisht dhe se do ta kenë ndihmën. Nëse prindërit duan të ndërmarrin hapa konkretë për çështje të caktuara, është e dobishme

të përfshihet fëmija në diskutimet dhe përpjekjet e tyre për një zgjidhje.

- Mos ndëshkoni: Ndalimi i përdorimit të telefonit celular ose ndalimi i internetit nuk është i dobishëm. Ngacmimet kibernetike në përgjithësi nuk shkaktohen nga sjellja e keqe e një fëmije. Përmbytja në lidhje me personin e prekur mund të publikohet pavarësisht nga përdorimi i internetit ose pajisjeve mobile nga ana e këtij personi.
- Kontakti me shkollën: Mund të jetë e dobishme të adresohet çështja me shkollën e fëmijës, për t'ua sugjeruar që ngacmimet kibernetike të bëhen temë e diskutimit në klasë.
- Ndhmoni adoleshentët tuaj të mbledhin dhe të ruajnë imazhet nga ekrani i kompjuterit, si dëshmi të ngacmimeve kibernetike. Nëse autorët janë të njohur, kërkojuni t'i fshijnë përmbytjet përkatëse. Nëse kjo nuk ndodh, kërkonin nga ofruesi i platformës që të ndërmarë veprimet e duhura.
- Rastet e rënda të ngacmimeve kibernetike duhet të raportohen në polici. Gjithashtu mund të jetë e këshillueshme që të bëni konsultime paraprake ligjore.
- Për informata shtesë rreth ngacmimeve në përgjithësi, shihni [“Të folurit me fëmijët rreth ngacmimeve”](#).

Si mund ta dalloni sjelljen e varësisë?

Në rastin e varësisë nga interneti, qendra e jetës së një personi kalon në masë të madhe nga jeta reale në realitetin virtual. Personat e prekur shpesh refuzojnë vaktet e përbashkëta, duke preferuar të jetojnë në dhomat e errëta para kompjuterit të tyre, në vend që të ndjekin aktivitete në natyrë me të tjerët dhe janë plotësisht të lodhur për shkak të privimit të vazhdueshëm nga gjumi. Pasoja të tjera janë rënia e performancës në shkollë, veçimi nga shoqëria dhe humbja e interesit për aktivitete me shokë e shoqe.

Çfarë mund të bëjnë prindërit:

- Kontrolloni për respektimin e kufijve të moshës të lojërave kompjuterike.
- Mbani kontakt me fëmijët tuaj, bëjini ata t'ju tregojnë lojërat që luajnë dhe bisedoni me ta për aktivitetet e tyre në internet dhe ueb faqet e tyre të preferuara.
- Mendoni se si etja për aventurë dhe nevoja për përkatësi, njohje dhe sukses, mund të plotësohen edhe në botën reale.
- Në rastet e përdorimit të tepërt të aktiviteteve të lojës në internet: zvogëloni afatin kohor brenda ditës ose javës dhe, së bashku me fëmijën tuaj, zhvilloni ide për aktivitete alternative të kohës së lirë. Siç është sugjeruar më parë (shih faqen 6), një kontratë për përdorimin e medieve mund të jetë e dobishme në këtë drejtim.
- Nëse nuk jeni më në gjendje të ndikoni te fëmija juaj, kërkonin këshillat e ekspertëve. Qendrat këshilluese rajonale për varësinë shpesh punësojnë specialistë në fushën e “varësisë nga interneti”.

Paraqitja e dhunës në internet

Dhuna është shumë e pranishme në medie sot. Mediet elektronike, në veçanti, bartin rrezikun e pashmangshëm që adoleshentët të jenë të ekspozuar ndaj paraqitjeve të shumta të dhunës. Për më tepër, qarkullimi i imazheve të dhunës së vërtetë është i përhapur shumë, për shkak të videove të bëra vetë në telefona të mençur. Konsumimi i materialit të dhunshëm mund të ketë efekte negative mbi fëmijët dhe adoleshentët: zemërimi, frika, acarimi janë ndjenjat që shumë konsumues i përjetojnë. Po kështu, konsumimi i dhunës mund të ndikojë në sjelljen e tyre. Me praninë e disa faktorëve të tjerë të rrezikut, adoleshentët janë më të prirur ndaj dhunës nëse shohin pamje të shumta të dhunës.

Çfarë mund të bëjnë prindërit?

- Sigurohuni që adoleshentët tuaj përdorin vetëm lojëra dhe video që janë të lejuara për grupmoshat e tyre.
- Përmirësoni mbrojtjen teknike të medieve elektronike (p.sh. me një filtër për mbrojtjen e fëmijëve).
- Kufizoni përdorimin e medieve nga adoleshentët tuaj.
- Bisedoni me adoleshentët tuaj rreth ndjenjave të tyre dhe frikës së mundshme në lidhje me përdorimin e medieve nga ana e tyre.

Pornografia në internet

Nëse adoleshentët shfletojnë internetin për informacion rreth temave të caktuara, herët a vonë ata do të ndeshen me imazhe pornografike. Interesimi për seksualitetin dhe fizikun e vet është krejtësisht i natyrshëm dhe i përket një zhvillimi të shëndetshëm. Sidoqoftë, imazhet shumë të seksualizuara mund të kenë efekt

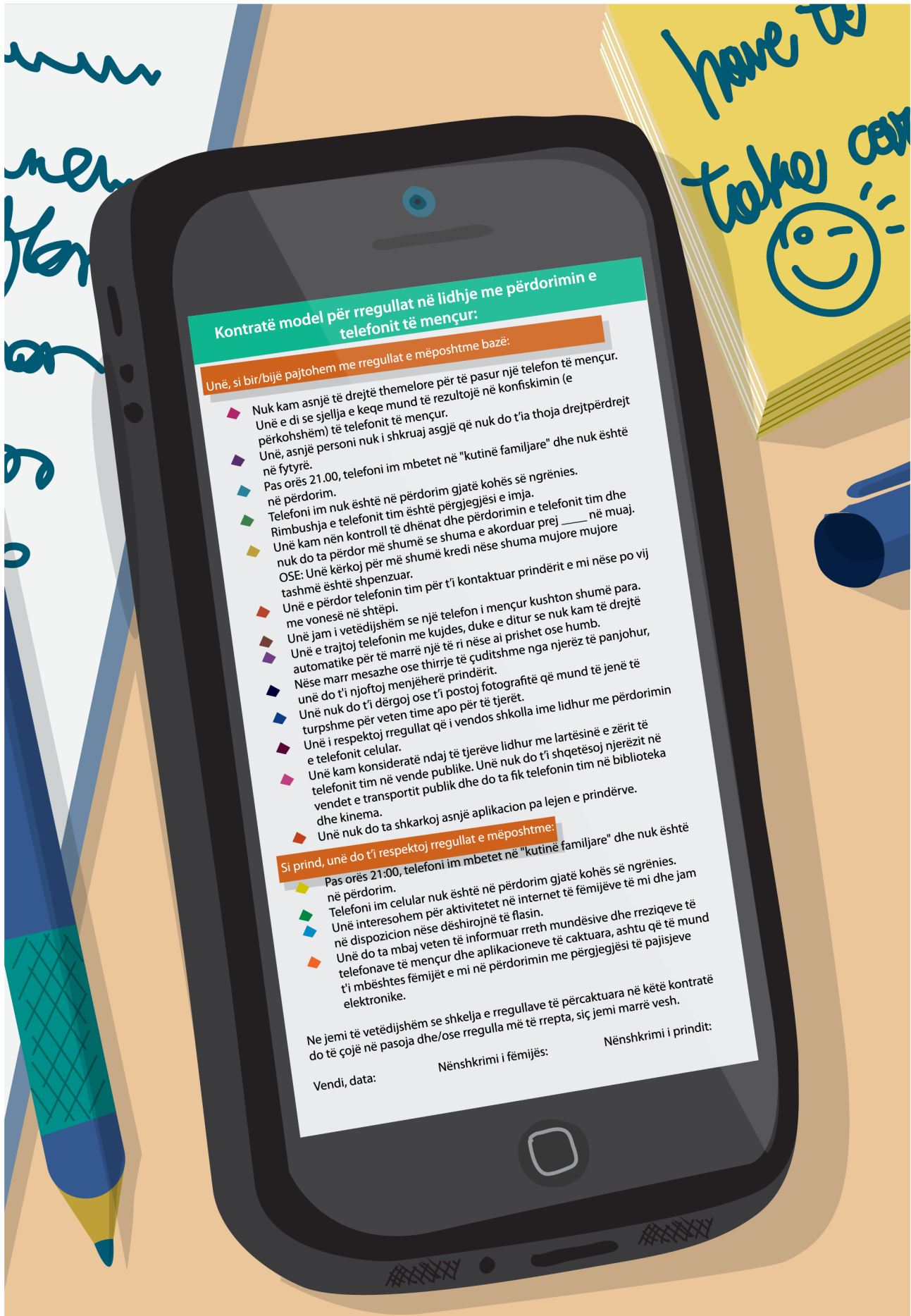
shqetësues ose madje edhe frikësues ndaj adoleshentëve. Pornografia shpesh ka efekt frikësues ndaj adoleshentëve pa ose me fare pak përvoja seksuale të mëparshme në jetën reale. Kjo është arsyeja pse, në shumë vende, është në kundërshtim me ligjin që të tregohen ose të jepen imazhe pornografike për të miturit (fëmijët nën 16 vjeç).

Nëse adoleshentët krijojnë materiale të natyrës erotike (foto ose video) dhe e përcjellin materialin te personat për të cilët kanë interesa dashurie (ose madje edhe te grupet e shokëve/shoqeve), kjo quhet seksting. Kujdes i veçantë duhet të ushtrohet në këtë drejtim. Së pari, marrësit e materialeve të tilla mund ta keqpërdorin atë në mënyra të shumta (fotografitë komprometuese mund të qarkullohen pa pëlqimin e dërguesit). Së dyti, të miturit mund të jenë përgjegjës ndaj ndjekjes penale nëse prodhojnë dhe transmetojnë materiale pornografike. Prindërit duhet të informohen rreth dispozitave ligjore të vendit të tyre.

Vardisja kibernetike ndodh kur personat e rritur u qasen fëmijëve ose adoleshentëve në internet me qëllim të angazhimit eventual në akte seksuale. Anonimiteti i internetit e lehtëson një miqësim të tillë, duke u lejuar kështu autorëve të krimit pedoseksual të paraqiten si bashkëmoshatarë në kërkimin e kontakteve me fëmijët dhe adoleshentët. Duke bërë kështu, kjo mund të çojë shpejt në abuzim seksual: ekzibicionizëm, postim të përmbajtjes pornografike, shprehje dhe veprime tronditëse.

Çfarë mund të bëjnë prindërit?

- Është shumë e rëndësishme që prindërit t'u ofrojnë fëmijëve të tyre diskutime të përshtatshme për moshën në lidhje me temën e pornografisë dhe të jenë në dispozicion për t'u përgjigjur pyetjeve të tyre ose për të sqaruar përmbajtjet e shikuara më parë. Edukimi seksual është shumë i rëndësishëm për zhvillim të shëndetshëm. Për informacion të mëtejshëm në lidhje me këtë temë, konsultoni dokumentet [“Të folurit me fëmijët rreth trupit dhe seksualitetit të tyre”](#) dhe [“Të folurit me fëmijët rreth seksit dhe dashurisë”](#).
- Është e mundur t'i bllokoni përmbajtjet e ndaluara (Anglisht: X-rated) në kompjuterin tuaj, por jini të vetëdijshëm se adoleshentët tuaj me gjasë do të pranojnë përmbajtje pornografike nëpërmjet kompjuterit nga miqtë e tyre. Prandaj, inkurajoni fëmijët tuaj që ta diskutojnë përmbajtjen provokuese me një person të cilit i besojnë.
- Jini të vetëdijshëm për vlerësimin e moshës së videove dhe lojërave kompjuterike.
- Për temën e “sekstingut”:
Bisedoni me fëmijën tuaj për temën e vetëportretizimit në internet: Si do të doje të perceptoheshe nga të tjerët? A mund të jetosh me faktin se fotografitë komprometuese të vetes tënde shpërndahen në shkollë apo qarkullojnë tjetërkund pa dijeninë tënde?
- Për temën e “vardisjes kibernetike”:
Bëjeni të qartë për fëmijët tuaj se ata menjëherë mund t'ju drejtohen juve nëse ka ndonjë gjë që për ta duket “e sikletshme” ose shqetësuese në internet, veçanërisht gjatë bisedave virtuale. Lajmëroni përdoruesit e tjerë, bllokoni ata ose fshini kontaktin e bisedës nëse ndodhin shkelje.
Adoleshentëve duhet t'u kërkohet që të jenë të kujdesshëm me të dhënat e tyre të kontaktit në internet. Po kështu, ata nuk duhet të dërgojnë në mënyrë të pavëmendshme fotot e tyre ose të hapin kamerat e tyre në kompjuter. Adoleshentët tuaj kurrë nuk duhet të lejojnë që dikush t'i bindë ata që të takohen diku të vetëm me dikë që e kanë njohur përmes bisedës virtuale.



“Të folurit me fëmijët rreth përdorimit të medias” është bazuar në referencat më poshtë:

¹ Informationsportal «Jugend und Medien». *Medientagebuch*. retrieved 05.06.2018.

<https://www.jugendundmedien.ch/jugendschutz/elterliche-begleitung.html>

² Landesanstalt für Medien NRW. *Mediennutzungsvertrag*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.mediennutzungsvertrag.de/>

³ Fritz, Bianca. 2014. «Mustervertrag für das eigene Smartphone» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 69.

⁴ Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». *Cybermobbing: Das verbirgt sich hinter den Begriff*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.schau-hin.info/artikel/cybermobbing-terror-im-netz/>

⁵ Informationsportal «Jugend und Medien». *Internet und Computerspiele können süchtig machen*. retrieved 22.03.2019.

<https://www.jugendundmedien.ch/de/themen/onlinesucht.html>

⁶ Informationsportal «Jugend und Medien». *Gewalt im Netz*. retrieved 05.06.2018

<https://www.jugendundmedien.ch/chancen-und-gefahren/gefahren-im-ueberblick/gewalt.html>

⁷ Informationsportal «Jugend und Medien». *Sexualität und Pornografie im Netz*. retrieved 22.03.2019.

<https://www.jugendundmedien.ch/de/themen/sexualitaet-pornografie.html>

Fritz, Bianca. 2014. «Smart mit dem ersten eigenen Smartphone» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Dezember, 66-69.

Informationsportal «Jugend und Medien». *Jugendschutz. Tipps und Hinweise für Eltern*. retrieved 05.06.2018.

<https://www.jugendundmedien.ch/jugendschutz/elterliche-begleitung.html>

Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». *Papa, leg das Handy weg! Eltern als Vorbild*. retrieved 20.03.2019

<https://www.schau-hin.info/artikel/papa-leg-das-handy-weg/>

Initiative «SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht». 2018. *Regeln finden zwischen Helikoptereltern und Handysucht*. retrieved 20.03.2019.

<https://www.schau-hin.info/news/regeln-finden-zwischen-helikoptereltern-und-handysucht/>