



أماننا واحنا على الإنترنت

amaze

Advocates
for Youth
Rights. Respect. Responsibility.

unesco

UNFPA

عن الدليل

دليل مناقشة الفيديو ده جزء من مجموعة أدلة نقاش متاحة للميسرين/ات من الأقران، علشان يستخدموها في توعية اليافعين واليافاعات في مرحلتي المراهقة المبكرة والمتوسطة عن الصحة الجنسية والإنجابية.

كل دليل نقاش بيعتمد على فيديو تعليمي من AMAZE بيتناول موضوع معين، وممكن استخدامه كإضافة لتحضير الدروس أو المصادر التعليمية اللي بتستخدموها بالفعل لتقديم معلومات الصحة الجنسية والإنجابية لليافعين/ات. كل دليل بيتكون من مقدمة عن موضوع الفيديو، عرض الفيديو، أسئلة للنقاش والتأمل، ونشاط اختياري و/أو اختبار قصير.



(CC BY-SA 4.0)
© 2023, Amaze (I) LLC.
بعض الحقوق محفوظة

منشور
برخصة
المشاع
الإبداعي

amaze

أماننا واحنا على الإنترنت

الهدف:

تقديم نظرة عامة لليافعين/ات عن التنمر الإلكتروني والأمان على الإنترنت، من خلال عرض فيديو من AMAZE وتيسير نقاش ومساحة للتفكير والتأمل.

الخطوات الأساسية:



ملحوظة:

المدد دي تقديرية لكل خطوة

الفئة المستهدفة:

يافعين/ات في مرحلتي المراهقة المبكرة والمتوسطة، من 10 إلى 18 سنة

المدة:

30 - 40 دقيقة

المواد الإضافية (للتنفيذ الحضورى):



- رابط الفيديو: <https://amaze.org/video/being-safe-on-the-internet>
- كمبيوتر متصل بالإنترنت وسماعات
- بروجيكتور وشاشة أو لابتوب/تايلت
- أوراق لاصقة (Sticky notes)، سبورة ورقية أو فليب شارت، وأقلام ملونة للنقاش والتأمل

المواد الإضافية (للتنفيذ أونلاين):

- استخدام Zoom أو Google Meet
- مستند مشترك للتأمل وكتابة الأفكار

المقدمة



التواصل مع أصحابك، عيلتك، والناس كلها على الإنترنت ممكن يكون شيء رائع! بس مهم نعرف إن ولا حاجة بنعملها أونلاين خاصة تمامًا، بما في ده الإيميلات، الرسائل، وحتى التطبيقات اللي بنستخدمها على موبايلاتنا. دلوقتي خلونا نشوف فيديو AMAZE ده علشان نتعلم أكثر عن الأمان على الإنترنت.

أسئلة النقاش والتأمل



بعد عرض الفيديو، افتح/ي نقاش باستخدام الأسئلة دي، مع مراعاة الوقت المتاح وترتيب الأولويات:

1. إيه إحساسك بعد مشاهدة الفيديو؟ كان رد فعلك الأول إيه؟

2. قد إيه سهل أو صعب نقرر نشارك إيه وما نشاركش إيه أونلاين؟ إيه اللي بتحسه آمن، وإيه اللي غير آمن؟

3. إزاي تقدر/ي تعرّف/ي التنمر الإلكتروني؟ وإيه الحاجات اللي سمعت/ي عنها في الموضوع ده؟

4. إيه اقتراحاتك لتقليل حالات التنمر الإلكتروني؟

5. إيه أهم الحاجات اللي خرجت/ي بيها من الفيديو والنقاش؟

ملحوظة

شجع/ي المشاركة، لكن عادي لو حد مش مرتاح يتكلم. ما تضغط (ب)ش على حد. ممكن كمان تستخدم/ي أوراق لاصقة أو فايل أونلاين علشان المشاركين/ات يكتبوا أفكارهم/ن بشكل مجهّل.

ضروري أثناء النقاش!

- احترام/ي آراء المشاركين/ات
- مارس/ي الاستماع الفعال
- استخدم/ي لغة شاملة ومحادية جندريًا
- ادي فرصة للجميع يشاركوا
- فكر/ي المشاركين/ات بأهمية احترام بعض والاستماع لبعض

ملاحظة مهمة للميسرين/ات من الأقران:

- النقاش ده ممكن يحرك مشاعر الصدمة الصعبة عند مشاركين/ات مروا أو بيمروا بتجربة تنمر إلكتروني. مهم تبلغ (ب)هم إنهم يقدرنا يكلموك بعد الجلسة، وتكون/ي جاهزة/ة تبعت/ يهم لمرشد/ة نفسي/ة أو مقدمي/ات خدمات صحية عند الحاجة. لو حد بدأ/ ت ت/ يشارك تجربة شخصية أو ت/ يلّمح لأشخاص مؤذيين/ات، أكد/ي مشاعرهم/ن ووجهه/ا لمصادر دعم، زي الأشخاص البالغين/ات الموثوقين/ات.

- خليك/ي منتهبة/ة للاحتياجات الخاصة. بعض المشاركين/ات ممكن يحتاجوا ترتيبات معينة للمشاركة. فممكن مثلا تعدلي المكان علشان يستوعب المشاركين/ات ذوي/ات القدرة المحدودة على الحركة، أو تبسطي النشاط علشان يكون محدود الحركة.





ما هو التنمر الإلكتروني؟

التنمر الإلكتروني هو نشر أو إرسال رسائل إلكترونية، بما في ذلك الصور أو مقاطع الفيديو، بهدف مضايقة شخص آخر أو تهديده أو استهدافه بالإساءة أو الأذى¹.



إزاي نقلل حدوث التنمر الإلكتروني؟

1. نطبط إعدادات الخصوصية على السوشيال ميديا بحيث إن الأشخاص اللي نختارهم بس اللي يشوفوا معلوماتنا ومنشوراتنا. نراجع الإعدادات دي دايماً لأن بعض المواقع بتغير سياساتها.

2. نفكر كويس قبل ما ننشر أي حاجة. ونسأل نفسنا، هل اللي هنشره ده تفاصيل خاصة؟ هل ممكن حد يستخدمها ضدي؟ هل لو استخدمها ضدي أقدر اتعامل مع الضرر؟

3. ما نشاركش أي بيانات شخصية زي العنوان، رقم التليفون، المدرسة، بيانات بطاقة البنك، أو أي معلومات خاصة على الإنترنت.

النشاط ده بيدي مساحة تفاعلية للتفكير في المعلومات اللي اتقالت في الفيديو.

اشرح/ي للمشاركين/ات إنكم هتلعبوا لعبة «أوافق أو لا أوافق»، ودي عبارة عن إنهم/ن يقفوا في صف واحد في وسط القاعة، هتقري عبارات مختلفة. اللي موافق/ة ت/يتحرك خطوة لقدام، اللي مش موافق/ة ت/يرجع خطوة ورا. ولو أونلاين، ممكن تستخدموا خاصية رفع اليد في Zoom.

العبارات

1- الإنترنت معمول للاستخدام بحرية، فمشاركة قصص أو معلومات شخصية على منصات السوشيال ميديا عادي.

2- لو حد بيبعت رسائل تهديد لصاحبك أو صاحبك، هتشجعه/ا ت/يكلم شخص بالغ/ة موثوق/ة.

3- لو شخص بيبعت رسايل لصاحبك أو صاحبك على منصات التواصل الاجتماعي، أحسن حاجة يعملوها هي الرد على الرسائل والدخول في مواجهة.

4- عادي تقابل/ي شخص على الحقيقة لو كنت متعرف/ة عليه/ا أونلاين، حتى لو التواصل طال.

بعد كل عبارة، اطلب/ي من متطوعين/ات يشاركوا فيه وافقوا أو ما وافقوش.

أشكر/ي المشاركين/ات على التفاعل مع النشاط، واقفلي النشاط بإنك تذكري ملخص سريع للرسائل اللي النشاط ناقشها

1. United Nations. (n.d.). Bullying and cyberbullying | UN special representative of the secretary-general on violence against children. United Nations. Retrieved November 29, 2022, from <https://violenceagainstchildren.un.org/content/bullying-and-cyberbullying-0>

2. Preventing cyberbullying. Delete Cyberbullying. (n.d.). Retrieved November 29, 2022, from <https://www.end-cyberbullying.net/preventing-cyberbullying>

النقاط الأساسية الملخصة:

اختم/ي الجلسة بمشاركة النقاط الأساسية دي:

- افكروا دايماً إن مفيش حاجة بنكتبها أو بنعملها أونلاين خاصة 100%، بما فيها الإيميلات والرسايل وحتى التطبيقات الموجودة على أجهزتنا اللي ما بنستخدمهاش على السوشيال ميديا. الخبر الكويس هو إنك إنت/ي اللي بتتحكم/ي في قد إيه تشارك/ي مع الناس، وفيه خطوات تقدر/ي تاخذ(ي)ها علشان تحمي نفسك.
- لو حد على الإنترنت حسس(ت)ك بعدم راحة، اقطع/ي التواصل فوراً وكلم/ي شخص بالغ موثوق. من الأفضل إننا ما نقابلش شخص اتعرفنا عليه أونلاين، لكن لو هنتقابل، لازم يكون في مكان عام ومعانا حد من أصحابنا.
- ولو جات لك رسائل تهديد أو حد نشر صورك أو بياناتك من غير إذنك، ده تنمر/عنف إلكتروني. لو لقيت/ي إنك إنت/ي أو حد تعرف(ي)ه بت/يتعرض لتنمر إلكتروني الأفضل دايماً إنك تعمل/ي حذر، أو تجاهل بدل ما ترد/ي. ولو ده ما جابش نتيجة أو كان فيه تهديد، أطلب/ي مساعدة فوراً. بلاش تمسح/ي الرسايل لأنها ممكن تكون دليل لو قررت/ي تبليغي الشرطة. تقدروا تتواصلوا مع مباحث الإنترنت سواء بمكالمة تليفون أو من واتس أب من خلال الرقم 0224065052، وممكن نتواصل مع الخط الساخن الخاص بالإدارة العامة لمكافحة الجرائم وهو الرقم 108، وممكن تقديم البلاغات على مدار 24 ساعة



تم إعداد الدليل
بشكل تشاركي بواسطة:
Birendra Bist,
Naura Haryanto,
Shambhawi Adhikari.

تم تصوير
المحتوي
وترجمته
بواسطة:
الحب ثقافة