

كيف تضع حدًا للاستقواء عبر الانترنت؟

فكّر في الاقتراحات التالية ووازن بين الايجابيات والسلبيات.



اسأل نفسك: «هل يضايقني هذا الشخص فعلا ويهينني ويهددني او كل ما في الامر اننا تجادلنا فقط؟»

هل تعرّض للاستقواء عبر الانترنت؟

١

نعم

لا

خطة عمل

اقرأ هذه الآيات وفكّر كيف تطبّق المبادئ المذكورة فيها.

امثال ٩:١٧

كولوسي ١٣:٣، ١٤

١ بطرس ٤:٨

هل انتقمت؟ ٢

هل تخانقتما وأهان واحدكما الآخر؟

لا

نعم

خطة عمل

اقرأ هاتين الآيتين
وفكر كيف تطبق
المبادئ المذكورة
فيهما.

امثال ٢٠:٢٦

روما ١٧:١٢

فكر في خياراتك ٣

الخيار ١

تجاهل المستقوي.

ماذا يحصل اذا
تجاهلت رسائله؟

السلبيات

الايجابيات



الخيار ٢

أرسل رسالة واطلب منه بحزم
ودون انفعال ان يتوقف.

ماذا يحصل اذا طلبت
منه ان يتوقف عن
ازعاجك؟

السلبيات

الايجابيات

_____	_____
_____	_____
_____	_____



الخيار ٣

أخبر والدك من البداية
ما يحصل معك.

ماذا يحصل
اذا اخبرت والدك؟

السلبيات

الايجابيات

_____	_____
_____	_____
_____	_____



الخيار ٤

أخبر احد الاساتذة
او المرشدين في المدرسة.

ماذا يحصل اذا اخبرته
انك تتعرض للاستقواء؟

السلبيات

الايجابيات

_____	_____
_____	_____
_____	_____



الخيار ٥

أبلغ الموقع او شركة الاتصالات بما يفعله المستقوي.

السلبيات

الايجابيات

_____	_____
_____	_____
_____	_____

ماذا يحصل اذا
ابلغتهم بالمشكلة؟



الخيار ٦

أخبر الشرطة.

كيف تستفيد اذا
اخبرت الشرطة؟

خطة عمل

٤

