

## Το βήμα που είναι η ενημέρωση?

Η ψηφιακή ζωή είναι πάντα δίπλα μας και για όλους. Είναι μέρος της ζωής μας και μας βοηθάει να επικοινωνούμε, να μαθαίνουμε και να διασκεδάσουμε. Αλλά, όπως και στην πραγματική ζωή, υπάρχουν κινδύνους. Είναι σημαντικό να τους γνωρίζουμε και να τους αποφύγουμε. Η ενημέρωση είναι το κλειδί για να το κάνουμε αυτό.

Πρέπει να είμαστε προσεκτικοί και να μην δίνουμε προσωπικά μας στοιχεία σε κάποιον που δεν τον γνωρίζουμε. Η ενημέρωση είναι το κλειδί για να προστατευτούμε.



Co-funded by  
the European Union



SaferInternet4Kids.gr  
ΓΙΑ ΕΝΑ ΑΣΦΑΛΕΣΤΕΡΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Ενημέρωση - ενημέρωση

help   
saferinternet **line**  
210 6007686

Αναζητήστε βοήθεια

# حریم خصوصی- داده های شخصی

- به اشتراک بگذاریم با این حال خیلی مهم است که در فضای مجازی این کار را انجام ندهیم  
ممکن است کسی به جای اینکه! به من کمک کند از این موضوع سوءاستفاده کند!
  - به یاد دارم که وقتی در فضای مجازی چیزی می نویسم (یا در یک صفحه شبکه مجازی و یا در یک وبلاگ) مثل این است که در یک روزنامه بزرگ نوشته باشم! هزاران نفر می توانند آن را ببینند!
  - عکس های مربوط به اشخاص ثالث را در فضای مجازی آپلود نمی کنم!
  - حریم خصوصی را در شبکه های مجازی که در آنها حساب کاربری دارم تنظیم می کنم. در لینک پایین می توانم اطلاعات مورد نیاز خود را پیدا کنم  
<http://saferinternet4kids.gr/category/social-media-safety/>
- من می دانم که منظور از اصطلاح داده های شخصی به هر نوع اطلاعاتی که مربوط به من گفته می شود مانند: کجا زندگی می کنم، به چه فعالیت هایی علاقه دارم و غیره!
- مراقب هستم که کدام یک از داده های شخصی خود را در فضای مجازی با دیگران به اشتراک بگذارم!
- مهم است که اطلاعاتی را به اشتراک نگذارم تا از طریق آنها کسی بتواند در دنیای واقعی مرا شناسایی کند. این اطلاعات عبارتند از محل سکونت ام، به کدام مدرسه می روم، یک عکس که در آن مدرسه یا خانه من قابل مشاهده باشد، به چه مکان های رفت و آمد دارم و غیره!



اگر چه همه ما نیاز داریم که احساسا

## زورگویی سایبری به یاد دارم که ...

- ➡ شوخی وقتی است که همه ما به آن می خندیم و نه فقط یک نفر. زورگویی سایبری یک عمل بسیار خطرناک با عواقب طولانی مدت و آسیب ساز برای کودکی که آن را تجربه و همچنین برای کودکی که آن را مشاهده می کند، است.
- ➡ اگر پستی را به اشتراک بگذارم یا اینکه اعلام کنم که از پیام / ویدیو / عکسی که باعث ترس کودکی شده باشد، خوشم آمده است در واقع من هم در این زورگویی و ترس سهیم هستم.
- ➡ ما هرگز رمز های عبور خود را به کسی نمی دهیم.
- ➡ وقتی عصبانی هستیم پیام ارسال نمی کنیم.
- ➡ به پیام های تهدید آمیز جواب نمی دهیم. دسترسی شخص فرستنده را مسدود می کنیم.
- ➡ مشکل خود را به والدین مان یا با سایر افراد بزرگسالی که به آنها اعتماد داریم، در میان می گذاریم.

من تنها نیستم!

آدم هایی که من را دوست دارند می توانند و  
موظف اند که به من کمک کنند!

# مشغول بودن بیش از حد « وابستگی – اعتیاد »

مشغول شدن بیش از حد در فضای مجازی ( بازی ها، شبکه های اجتماعی و غیره ) که می تواند به اعتیاد ختم شود، تا جایی که مثلاً یک کودک / نوجوان علائق خود را نادیده می گیرد ( مانند تفریحات )، دوستان، خانواده اش، وظایف اش ( مدرسه ) تا بتواند زمان بیشتری را در فضای مجازی سپری کند!

من بخاطر فضای مجازی نسبت به تعهدات ام، عزیزان ام، علائق ام، غافل نخواهم شد!

من نسبت به واکنش های خود مسئول هستم پس بنابراین سعی می کنم خودم زمان استفاده از فضای مجازی را محدود کنم!

چنانچه یکی از دوستانم چنین رفتاری از خود نشان دهد سعی می کنم به او کمک کنم! به او پیشنهاد می کنم که با هم بیرون برویم، بازی کنیم، صحبت کنیم و در هیچ شرایطی از او دوری نمیکنم و یا تنها یش نمی گذارم!

بازی هایی را که برای سن من مناسب است انجام میدهم!  
و نه بازی های که مربوط به بزرگسالان است زیرا معمولاً آنها بسیار خشن هستند و بدون اینکه متوجه بشوم به من صدمه می زنند

وقتی درست بعد از مدرسه  
بازی های الکترونیکی انجام  
می دهم و یا در شبکه های  
اجتماعی سرگرم می شوم،  
آنگاه عملکرد من در درس ها  
وسایر فعالیت هایم به شدت  
کاهش پیدا خواهد کرد!



# محتوای نامناسب – تفکر انتقادی

در فضای مجازی ممکن است که محتویات مضر، خطرناک یا نامناسب برای کودکان وجود داشته باشد. در نظر داشته باشیم که هر کسی می تواند در فضای مجازی ایجاد محتوا کند و به همین دلیل این نگاه نمی تواند معتبر باشد که << حقیقت دارد! بعد از اینکه در فضای مجازی دیدم! >>

هنگامی که راجع به اطلاعاتی جستجو می کنیم میبایستی معتبر بودن آن وب سایت، تخصص نویسنده، گزارش، منابع کتاب ها، تعداد دفعاتی که وب سایت مورد نظربه روز شده است را بررسی کنیم و در هر حالت با منابع معتبر دیگر آن را مطابقت دهیم (مانند: کتاب ها ، دایرةالمعارف ها ، اساتید و غیره )

مهم است که همیشه از صفحات و وب سایت هایی که مناسب سن ما هستند استفاده کنیم.

اگر محتوای نامناسب ی پیدا کردیم یا کسی آن را برای ما ارسال کرد، بدانیم که این هرگز درست نیست. اگر چنین اتفاقی افتاد، دسترسی کاربر مورد نظر را مسدود می کنیم، با والدین خود یا با یک فرد بزرگسال که به او اعتماد داریم در میان می گذاریم، و آن را در صورت امکان به سازمان و یا به خط امن (SafeLine) گزارش می دهیم .



## اغواگری سایبری آراستن (Grooming)

اصطلاح آراستن به طور خاص به رفتار یک کاربر فضای مجازی اشاره دارد که هدف او جلب اعتماد یک کودک می باشد تا اینکه بتواند جهت سوء استفاده جنسی با او یک ملاقات مخفیانه داشته باشد.

خیلی مهم است که کاملاً مراقب باشیم که چه کسانی را بعنوان دوست می پذیریم و با چه کسانی بصورت آنلاین صحبت می کنیم .

از تنظیمات حریم خصوصی هنگام بازدید از وب سایت ها استفاده می کنیم تنظیماتی را بکار می بریم تا همه نتوانند پروفایل یا عکس های ما را مشاهده کنند .

در فضای مجازی خیلی آسان است که شخصی راجع به اینکه واقعاً کیست دروغ بگوید، حتی اگر بطور مدام و برای مدت طولانی با کسی تماس داشته باشیم و احساس کنیم که او را بخوبی می شناسیم. بیاد داشته باشیم که هرگز نمی توانیم بفهمیم که آیا کسی حقیقت را در فضای مجازی می گوید یا خیر. حتی اگر کسی عکس خود را به ما نشان دهد، این عکس ممکن است که جعلی باشد. این در مورد دوربین نیز صدق می کند!

با افرادی که واقعاً آنها را نمی شناسیم قرار ملاقات نمی گذاریم، حتی اگر در فضای مجازی با هم << دوست >> شده باشیم. کسی را که در دنیای واقعی هرگز ندیده ایم برای ما غریبه می ماند



ارسال پیام یا عکس حاوی محتوای تحریک آمیز از طریق تلفن همراه (SMS)، سرویس های پیام رسان فوری (بعنوان مثال چت)، یا از طریق صفحات شبکه های اجتماعی.

## به یاد دارم که ...

پیامک سکسی می تواند عواقب قانونی جدی داشته باشد زیرا تولید و توزیع تصاویر جنسی خردسالان غیر قانونی است.

هر چقدر هم که به گیرنده اعتماد داشته باشیم، عکس / پیامی که از طریق فضای مجازی یا تلفن همراه می فرستم دیگر برای همیشه از کنترل من خارج است.

عکس / فیلم / پیام می تواند سرعت بین افراد بی شماری توزیع شود، و این درحالیست که کنترل مجدد آن بسیار دشوار است.

عکس های که نمی خواهم والدین ام، معلمان ام و غیره آنها را ببینند را در گوشی خود یا در فضای مجازی ذخیره نمی کنم.



پیش از ارسال و یا به اشتراک  
گذاشتن محتوایات شخصی خود  
یا فرد دیگری در فضای مجازی  
به آن فکر میکنم



مسئولیت انحصاری این مقاله برعهده نویسنده آن است . اتحادیه اروپا هیچگونه مسئولیتی در قبال هر گونه استفاده از محتویات این اطلاعات ندارد