

كيف أتعامل مع التنمر الإلكتروني:

عليك إخبار شخص بالغ

يجب عليك إخبار شخص بالغ محل ثقة للتوصل إلى طرق مناسبة للاستجابة.



جمع الأدلة

عليك حفظ الرسائل أو أخذ لقطات شاشة لها لتشكل أدلة، ولكن يجب عدم الرد عليها وعدم حذفها.



عليك الاستعانة بدعم إضافي

يجب إبلاغ إدارة المدرسة أو سلطات إنفاذ القانون عند الحاجة.



السلامة على الإنترنت



التنمر الإلكتروني

يمكن أن يحدث التنمر الإلكتروني في أي مكان على الإنترنت.

التنمر الإلكتروني هو الاستخدام المقصود والمتكرر من جانب شخص ما للتكنولوجيا من أجل الحط من قدر شخص آخر، أو إلحاق الأذى به، أو التسبب في إيلاسه، وذلك عبر أجهزة الكمبيوتر أو الهواتف المحمولة أو غيرها من الأجهزة الإلكترونية.



عليك حماية معلوماتك الشخصية

- لا تشارك/تشاركي أي معلومات شخصية، مثل رقم تسجيل الأجنبي (A number) الخاص بك، أو رقم الضمان الاجتماعي، أو كلمات المرور، أو الصور الشخصية.
- قبل النقر على أي رابط أو فتح أي ملف مرفق، يجب التأكد من أن البريد الإلكتروني أو الرسالة مُرسلة من مصدر موثوق.
- ويجب الانتباه إلى أساليب سرقة معلوماتك؛ فقد يتظاهر المحتال بأنه مصدر موثوق مثل دائرة الإيرادات الداخلية، أو بنك، أو عرض عمل مزيف، وغيرها من الأساليب.



يجب استخدام برامج مكافحة الفيروسات على جهاز الكمبيوتر.



يجب استخدام متصفحات إلكترونية تهتم بالأمن والسلامة.



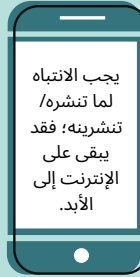
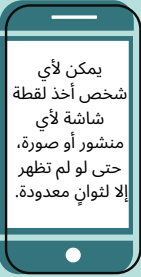
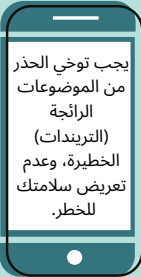
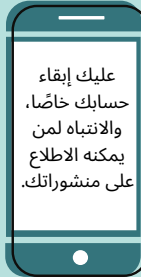
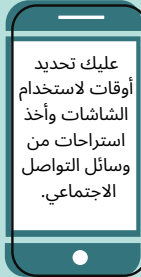
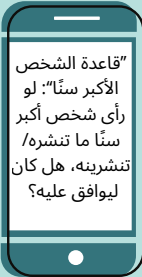
من الأفضل تجنب استخدام شبكات الواي فاي العامة.



يجب الانتباه أثناء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي

من الأفضل متابعة حسابات تدعم تطورك وتساعدك على تنمية هواياتك واهتماماتك.

- الصحة البدنية والنفسية (مثل: Headspace)
- تعزيز الثقة بالنفس (مثل: WeTheUrban)
- التصوير الفوتوغرافي (مثل: Earthpix)
- كرة القدم (مثل: Bestoffootball)
- الرقص (مثل: Renatobailarinos)

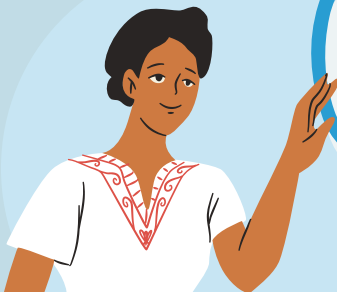


إلى الوالدين ومقدمي الرعاية:

عليك التحدث مع الشاب/الشابة عن السلامة عند استخدام الإنترنت.

- يجب التحدث عن موضوع السلامة عبر الإنترنت بشكل مباشر وصريح.
- يجب الحفاظ على نبرة متوازنة وتجنب ردود الفعل السلبية على وجهة نظر الشاب/الشابة.
- يجب الحرص على توعيتهم وثقيفهم بدلاً من تخويفهم.

"انتهى الأمر بالأطفال الذين مروا بظروف مشابهة إلى الاختطاف أو وجدوا أنفسهم في مواقف خطيرة. نحن نتحدث معاً في هذا الموضوع لأنني أريد حمايتك ومنع تعرضك لذلك."



نشرة مخصصة للأسر: السلامة على الإنترنت

في حال الرغبة في معرفة المزيد من المعلومات، يمكن زيارة مركز موارد الأطفال غير المراقبين بالأهل على هذا الرابط: ucresourcecenter.org



refugees.org

