

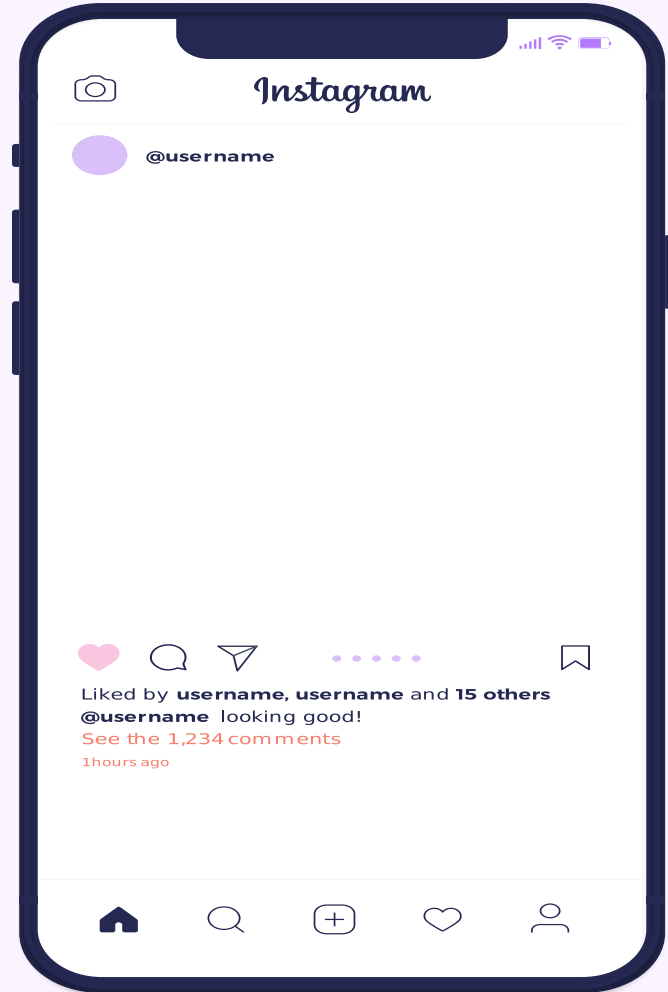
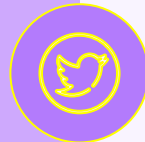
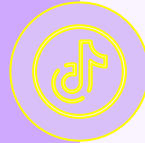
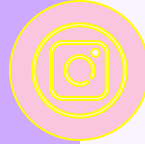


جامعة محمد الشريف مساعديّة - سوق أهراس  
Mohamed-Cherif Messaadia University - Souk Ahras  
Université Mohamed-Chérif Messaadia Souk Ahras

مركز الأنظمة و شبكات الإعلام و الاتصال و التعليم المتلفز  
و التعليم عن بعد

[www.univ-soukahras.dz/ar/service/tic](http://www.univ-soukahras.dz/ar/service/tic)

# الأخطار المتعلقة باستعمال وسائل التواصل الاجتماعي



# كيف نحمي أنفسنا في الحياة اليومية؟

- 1 يمكنك التواصل بحرية مع أولئك الذين تعرفهم وتثق بهم، عائلتك، أصدقائك، والمقربين.
- 2 كن حذرا مع الناس الذين لا تعرفهم أو الذين قد اجتمعت بهم للتو.
- 3 لا تخبر الغرباء بكل شيء عن حياتك الشخصية.
- 4 لا تعطي أموالك أو مفتاح منزلك للغرباء أو الناس الذين قابلتهم للتو.

عندما تتواصل مع أشخاص على مواقع التواصل الاجتماعي، ففكر في كيفية تعاملك مع الأشخاص الذين تعرفهم ولا تعرفهم في الحياة الحقيقية

استخدم هذا النهج نفسه للبقاء في مأمن من مخاطر وسائل الإعلام الاجتماعية



طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل  
الاجتماعي

# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي



## 1. حماية بياناتك على مواقع التواصل الاجتماعي:

تسمى معلوماتك الشخصية أحياناً بالبيانات. لا تحتاج أبداً إلى إعطاء بيانات شخصية مهمة، مثل أرقام الهوية أو أرقام البنوك أو كلمات المرور أو عنوانك على مواقع التواصل الاجتماعي. للحفاظ على أمان مستخدميها، تحتوي الشبكات الاجتماعية على إعدادات خصوصية يمكنك استخدامها لجعل معلوماتك (البيانات) آمنة.

عند وضع بياناتك على الفيسبوك، وعند تسجيل الدخول إلى التطبيقات و المواقع، فإنك تتيح الوصول إلى بياناتك. قد تستخدم هذه التطبيقات و المواقع البيانات بطرق لا تريدها. في الغالب يستخدمونها للسماح للمعلنين ببيع المنتجات لك. يمكنك إيقاف التطبيقات و المواقع من استخدام بياناتك. في الفيسبوك، انتقل إلى إعداداتك. "settings" ثم انقر على "Applications et Site web" في القائمة على اليسار. سوف ترى التطبيقات التي لديها حق الوصول إلى البيانات الخاصة بك. يمكنك النقر على كل تطبيق لتعديل ما يمكنهم الوصول إليه.

### استخدام كلمات مرور قوية

ينصح خبراء أمن الإنترنت دائماً بأن يكون لدينا كلمات مرور قوية ومختلفة لجميع حساباتنا. كما ينصحون باستخدام المصادقة الثنائية (خطوات إضافية لتسجيل الدخول) أو إدارة كلمات المرور.

# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي

لا تشارك التفاصيل الشخصية أو الصور عبر الإنترنت التي تمنع في رؤيتها مع أي شخص. قد تعتقد أنك تشاركها فقط مع أصدقائك المقربين وعائلتك ، ولكن بمجرد أن يكون هناك شيء عبر الإنترنت ، يمكن مشاركته على نطاق أوسع. أيضاً ، بمجرد أن يكون على الإنترنت ، لا يمكنك التخلص منه لأن الآخرين لديهم نسخ منه.



2. الحفاظ على  
الخصوصية على  
مواقع التواصل  
الاجتماعي



# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي

نحن نتعلم المزيد كل يوم حول كيفية استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لخداع الناس. الكثير من المعلومات على وسائل التواصل الاجتماعي كاذبة. في بعض الأحيان ، الناس على وسائل التواصل الاجتماعي ليسوا حتى أشخاصاً حقيقيين ، وفي كثير من الأحيان لا تكون الأمور حقيقية على الإطلاق. قد يكون هؤلاء الأشخاص مع أسماء كاذبة bot أو a fake robot. قد تكون تقارير إخبارية مزيفة أو رسائل رسمية تتظاهر بأنها من مسؤول حكومي أو مسؤول تجاري.

لا تصدق كل ما تقرأه على وسائل التواصل الاجتماعي. إذا كنت تقرأ شيئاً ما، فتتحقق من مصادر أخرى.

إذا تلقيت رسالة عبر الإنترنت تقول إنها من الحكومة أو شركة، فلا ترد بمعلوماتك الشخصية.

3. لا تصدق كل

شيء ولا تصدق

الجميع

# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي



## 4. البقاء آمناً دون اتصال

فكر في أمنك في العالم الحقيقي عند نشر معلومات حول أنشطتك. لا تحتاج إلى نشر عنوانك عبر الإنترنت ثم نشر صور العطلة لإعلام الجميع بأنك بعيد. إذا كنت تنشر على الفيسبوك قضاء العطلة خارجاً مع عائلتك، سيعرف الناس أن منزلك فارغ.

**كن حذر جداً إذا كنت تلتقي بشخص ما:**

تُسهل وسائل التواصل الاجتماعي على الناس تعويض الهويات. على الإنترنت، يمكنهم التظاهر بأنهم شخص آخر. إذا كنت تتصل مع شخص ما عبر الإنترنت، لا ترتب أبداً لمقابلة هذا الشخص بمفرده أو الذهاب إلى منزله أو دعوته إلى منزلك إلا إذا كنت تعرف بأنهم من يدعون فعلاً. اجتمع بالغرباء دائماً في مكان عام وعندما يكون هناك أشخاص آخرون حولكم.





# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي



الشركات الحقيقية، مثل مايكروسوفت، لا تطلب منك إرسال الأموال مباشرة إلى حسابات مصرفية غريبة. كما أنها لا تطلب كلمة المرور الخاصة بك. لا ترسل كلمة المرور الخاصة بك إلى أي شخص تلقتي به في مواقع التواصل الاجتماعي أو أماكن أخرى على الإنترنت



5. عدم إرسال

الأموال أو كلمات

المرور

# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي



- لا تقبل طلبات الصداقة من أشخاص لا تعرفهم.
- قم على الفور بحظر أي شخص ينشر شيء مهدد على أي من حساباتك.
- لا ترد، لا تكتب أشياء فظة أو عدائية قد تجعلك أكثر من هدف.
- قم بالإبلاغ عن التهديدات الشخصية للشرطة وموقع التواصل الاجتماعي الذي تم نشره عليه.



6. حماية نفسك من

الأشخاص العدائين

أو غير اللطفاء



# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي

لا تنقر على الروابط فقط لأنها ترسل إليك، حتى لو كانت تأتي من صديق (قد لا يعرف أن الرابط خطير ، أو ربما تم اختراقه). فقط قم بحذفها.  
من المرجح أن تحتوي الروابط التي لم تطلبها على فيروسات من شأنها أن تضر جهازك أو تسمح للأشخاص بالدخول إلى جهازك لسرقة معلوماتك وأموالك وهويتك  
إذا استلمت رسالة تقول أنك ستحصل على الكثير من المال من شخص لا تعرفه ، فاحذفها

**7. حماية نفسك من**

**الحيل والمخترقين**

# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي



حتى إذا كنت لا تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي أو تفهمها ، فستحتاج إلى معرفة ما يكفي حول هذا الموضوع للحفاظ على أطفالك في مأمن من مخاطر مواقع التواصل الاجتماعي.

إذا كنت تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي بنفسك، أحمي أطفالك بعدم وضع معلومات عنهم عبر الإنترنت.

إذا كنت لا تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي، اسأل أطفالك عن الشبكات الاجتماعية التي يستخدمونها. يمكن أن يتعرضون للتمتر، والمفتريسين الجنسيين، و المحتوى السيئ والإعلان.

يوصي العديد من خبراء التكنولوجيا فقط السماح للأطفال الصغار باستخدام الهاتف الذكي أو الكمبيوتر أمامك. سيكون عليك أن تقرر لطفلك، ولكن معظم الخبراء ينصحون بعدم السماح للأطفال بالحصول على هواتف ذكية أو أجهزة كمبيوتر في غرفهم ليلاً.

8. حافظ على سلامة

أطفالك



# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي

التعرض للتنمر عبر الإنترنت هو مصدر قلق كبير للمراهقين. وهذا ما يسمى بـ cyber-bullying التنمر الإلكتروني. وهو عندما يؤدي مراهقين مُراهقين آخرين عبر الإنترنت. إذا تعرض أطفالك للتنمر، فلا تجعلهم يستجيبون للمتتمرين.

9. سلامة وسائل

التواصل الاجتماعي

للمراهقين



# طرق لحماية نفسك من مخاطر وسائل التواصل الاجتماعي

استخدم وسائل التواصل الاجتماعي للبقاء على اتصال بالأشخاص الذين تهتم بهم، ولكن لا تقضي ساعات في النظر إلى الأشياء التي ليست مهمة في العالم الحقيقي.

تقوم شركات وسائل التواصل الاجتماعي بتصميم مواقعها وتطبيقاتها لإبقائك تقضي الساعات فيها. هذه هي الطريقة التي يتم فيها كسب المال.

**10. لا تكن مدمناً**