

## Online Safety

## Start the Chat



اینترنت بخشی ضروری از جهان فرزندان است - برای آموزش، ارتباط داشتن با دیگران و تفریح.

به عنوان والدین و مراقبین، شما می‌توانید کمک کنید فرزندان تان دنیای دیجیتالی را کشف کنند و به آنها آموزش دهید که چگونه از تجربیات آسیب پذیر آنلاین پرهیز کنند و اگر چنین اتفاقی افتاد چگونه با آنها برخورد کنند.

با فرزندان تان در باره کارهایی که آنلاین انجام می‌دهند از سنین کودکی صحبت کنید و به دفعات، برای راهنمایی در باره اینکه چگونه کمک کنید فرزندان تان در فضای مجازی امن باقی بمانند، به وب سایت eSafety در [esafety.gov.au/parents](https://esafety.gov.au/parents) مراجعه کنید.

### قدری در فضای مجازی

قدری در فضای مجازی می‌تواند به شکل های زیادی باشد مثل ارسال پیام های توهین آمیز، تصاویر یا ویدیوهای آزار دهنده، شایعه های زشت، یا تحقیر یا کنار گذاشتن افراد در اینترنت. فرزند شما ممکن است نگران باشد که اگر با شما در این باره صحبت کند، قدری بدتر شود یا شما ممکن است دسترسی او را به اینترنت یا تلفن موبایل قطع کنید.

برخی از نشانه هایی که فرزند شما مورد قدری قرار گرفته است عبارتند از:

- پس از استفاده از اینترنت یا تلفن موبایل پریشان می‌شود، یا در مورد فعالیت های آنلاین خود و استفاده از موبایل پنهان کاری می‌کند
- کم حرف، مضطرب یا عصبانی شده است و بنظر می‌رسد که تنها یا غمگین است
- می‌خواهد از مدرسه رفتن پرهیز کند یا کارهای مدرسه اش کاهش یافته است

برای بدست آوردن اطلاعات بیشتر در مورد اینکه چگونه از سنین کودکی با فرزندان در باره رفتار محترمانه آنلاین صحبت کنید، و مطمئن شوید که آنها می‌دانند که در مورد نگرانی هایی که دارند می‌توانند پیش شما بیایند، به وب سایت eSafety در [esafety.gov.au/parents/big-issues/cyberbullying](https://esafety.gov.au/parents/big-issues/cyberbullying) مراجعه کنید.

### تماس ناخواسته

آیا می‌دانید فرزند شما با چه کسی در فضای مجازی صحبت می‌کند؟ همه ما مایلیم که جوانان کم سن خود را از تماس با غریبه ها محافظت کنیم، بخصوص هرکسی که ممکن است به آنها آسیب وارد کند.

با سایت ها و اپ هایی که فرزندان تان استفاده می‌کند به روز شوید و آنها را تشویق کنید تا اگر کسی در فضای مجازی از آنها خواست تا کاری را انجام بدهد که احساس می‌کنند درست نیست با شما صحبت کنند. به فرزندان کمک کنید تا در مورد نشانه های تماس غیر معمول آنلاین هشیار باشد، مثل زمانی که از آنها:

- خیلی زود بعد از نخستین تماس سؤال های زیادی در مورد اطلاعات شخصی پرسیده می‌شود
  - تقاضای لطف شده و در برابر قول هدیه داده می‌شود
  - خواسته می‌شود به روش های دیگر تماس بگیرد، مثل گپ آنلاین یا ارسال پیامک
  - پرسیده می‌شود با چه کسانی کامپیوترش را شریک می‌شود و در چه اتافی هست
  - اطلاعات خیلی خصوصی پرسیده می‌شود
  - خواسته می‌شود که رابطه شان مخفی بماند
  - خواسته می‌شود که ملاقات حضوری داشته باشند
- برای اینکه یاد بگیرید چگونه تماس ناخواسته را متوقف کنید و برای یک راهنمای مفصل تر در مورد مدیریت تماس ناخواسته به وب سایت eSafety در [esafety.gov.au/parents/big-issues/unwanted-contact](https://esafety.gov.au/parents/big-issues/unwanted-contact) مراجعه کنید.



## سکستینگ و ارسال عکس لخت

مهم است که همانطور که فرزندان بزرگتر می‌شوند در مورد پیامدهای احتمالی ارسال یا به اشتراک گذاشتن عکس یا ویدیوهای خصوصی و بی‌پرده که ممکن است به اسم لختی یا نودز هم گفته شود با آنها صحبت کنید.

با اینکه سکستینگ ممکن است آنقدر که شما و فرزندان فکر می‌کنید متداول نباشد، مهم است از خطرات به اشتراک گذاشتن تصاویر بی‌پرده آگاه باشید. حتی با دوستان مورد اعتمادتان، ممکن است اشتباهاتی بشود.

به اشتراک گذاشتن تصاویر خیلی خصوصی ممکن است منجر به تحقیر، قلدری و آسیب به شهرت یک فرد جوان شود. وقتی تصویری به اشتراک گذاشته شد، بچه کنترل تصویر را از دست می‌دهد، و آن عکس می‌تواند در هرجایی روی اینترنت پخش شود.

توجه: تهیه یا به اشتراک گذاشتن تصاویر سکسی کودکان و نوجوانان زیر 18 سال غیر قانونی است و ممکن است منجر به اتهامات جنایی و جریمه شود.

برای یادگیری بیشتر در مورد اینکه چگونه با فرزندان در مورد سکستینگ و ارسال عکس لخت صحبت کنید، و برای راهنمایی درباره اینکه چه کنید اگر فرزندان عکس لختی ارسال یا دریافت کرده است، به وب سایت eSafety در [esafety.gov.au/parents/big-issues/sending-nudes-sexting](https://www.esafety.gov.au/parents/big-issues/sending-nudes-sexting) مراجعه کنید.

## ابزار، نکات مفید و راهنمایی

شما می‌توانید نقش عمده ای در کمک به فرزندان بازی کنید تا در فضای مجازی امن باقی بماند. برای کمک به آنها در ایجاد عادات آنلاین خوب و درک دنیای دیجیتال، پذیرا بودن، در تماس بودن و حمایت شما بسیار مهم است.

با وسایل دیجیتالی که فرزندان از آن‌ها استفاده می‌کند آشنا شوید، و با یکدیگر در مورد مقررات استفاده آنلاین توافق کنید. همانطور که فرزندان بزرگتر می‌شود این مقررات می‌تواند بازبینی شوند.

مهم تر از هر چیز، کانال‌های ارتباطی را باز گذاشته، به آنها گوش کنید و قضاوت نکنید.

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت [eSafety.gov.au/languages](https://www.esafety.gov.au/languages) مراجعه کنید.

کمک کنید تا فرزندان  
در فضای مجازی امن  
بمانند.  
گفتگو را آغاز کنید.