

روابط سالم: پیمایش سمینار آنلاین (وبینار) در مورد مزاحمت و خشونت سایبری

1. ارتباطات باز و پشتیبان را ارتقا دهید.
2. با همدیگر درباره اپلیکشن های رسانه اجتماعی بیاموزید.
3. حد و مرز و قوانین را برقرار کنید.
4. از طریق موارد زیر حریم خصوصی و فضای امنیتی را ترویج دهید:
 - بررسی تنظیمات اپلیکیشن های (apps) رسانه های اجتماعی درباره حریم خصوصی و امنیتی با فرزندتان؛
 - استفاده از کلمات عبور (passwords) با شماره، حروف بزرگ و علائم و در نظر گرفتن استفاده از یک عبارت؛
 - محرمانه نگه داشتن کلمات عبور و تغییر مکرر آنها؛
 - امتناع از اعلام یا پست اطلاعات شخصی؛
 - خاموش کردن تنظیمات موقعیت یابی و تشویق فرزندانتان از استفاده نکردن از نشان گذاری جغرافیایی (geotags).
5. با ترویج دادن رهبریت و شهروندی دیجیتالی فرزندتان را به موارد زیر تشویق کنید:
 - برجسته قلمداد کردن استعدادها، مهارتها و ویژگیها برای ایجاد یک مارک (برند) مثبت آنلاین؛
 - مطابقت دادن نمایه ها و تعامل های آنلاین با در نظر گرفتن ارزشها؛
 - تمرین ضوابط اخلاقی به صورت آنلاین؛
 - پشتیبانی از افرادی که با مزاحمت سایبری روبرو میشوند (با شاهد واقعه هستند).
6. به فرزندتان یادآوری کنید که قبل از اعلام یا پست کردن موضوعی خوب فکر کند (THINK) : آیا درست (True) است ؟ آیا مفید (Helpful) است؟ آیا الهام بخش (Inspiring) است؟ آیا لازم (Necessary) است؟ آیا مهرآمیز (Kind) است؟
7. فرزندتان را تشویق کنید که در صورت مشاهده رفتار منفی از طریق آنلاین، طلب کمک کند.
8. توافق امنیتی آنلاین را با هم تشکیل دهید.

منابع

- Kids Help Phone (تلفن امداد کودکان): **Online Safety: Tips for Caring Adults**
- **What Parents Need To Know about Cyberbullying** : PREVNet
- **Media Smarts: Canada's Centre for Digital and Media Literacy**
(مدیا اسمارتز : مرکز سوادآموزی دیجیتالی و رسانه ای کانادا) mediasmarts.ca/parents
- **BOOST Child and Youth Advocacy Centre** (مرکز حمایت از کودکان و جوانان **BOOST**):
Prevention Tips for Parents/Guardians
- **Canadian Centre For Child Protection** (مرکز حمایت از کودکان کانادا):
ProtectKidsOnline.ca, NeedHelpNow.ca, Cybertip.ca
- **RCMP** (پلیس سواره نظام سلطنتی کانادا) **Centre For Youth Crime Prevention**
Ontario Victim Services