

# FACE BOOK

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

نویسنده: آنی کولیر و لاری مجید  
مترجم: حسین میری  
ویراستار و صفحه آرایی: زهرا معبودی



# facebook®



**Connect Safely**  
Smart Socializing Starts Here™

  
**iKeepSafe**



## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

- 4..... مقدمه
- 5..... فیس بوک چیست؟
- 6..... چه کارهایی را می توان با فیس بوک انجام داد؟
- 7..... چرا افراد جوان از فیس بوک استفاده می کنند؟
- 8..... آیا فیس بوک محیطی امن است؟
- 9..... چه خطراتی در فعالیتهای شبکه پندی اجتماعی وجود دارد؟
- 11..... برای کاربران فیس بوک چگونه همانند والدین عمل می کنیم؟
- 14..... روشهایی جهت نظارت بر فعالیتهای فیس بوک فرزندان
- 15..... ایمنی، حریم و محافظت از اعتبار و شهرت در عصر دیجیتال
- 17..... اعتبار و شهرت خوب و ردپای دیجیتالی
- 19..... چگونه تنظیمات سایت فیس بوک را برای فرزندان خود بهینه کنیم؟
- 22..... دوستان خود را عاقلانه و خردمندانه انتخاب کنید
- 23..... خدمات پیغامها (Messages)، صفحه پست ها (Wall Posts) و و فید اخبار (News Feed) ....
- 25..... محتویات پروفایل کودک خود را کنترل کنید.
- 28..... پیگر بندی تنظیمات مربوط به حریم خصوصی در فیس بوک
- 29..... حفاظتهای اضافی برای افراد نابالغ
- 30..... تنظیم کنترلهای مربوط به حریم خصوصی
- 31..... تنظیمات مربوط به حریم خصوصی پیش فرض فیس بوک
- 32..... شخصی کردن تنظیمات حریم خصوصی
- 36..... گزینه شخصی سازی
- 37..... کنترل و تعیین افرادی که می توانند پستهای شخصی شما را ببینند



## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

- 38 ..... ایجاد و استفاده از لیستها
- 39 ..... ایجاد یک لیست
- 41 ..... استفاده از قابلیت "گروهها" (Groups)
- 42 ..... تشکیل یک گروه
- 45 ..... چگونه مشاهده اعضا گروه خود
- 45 ..... کنترل برنامه های کاربردی فیس بوک
- 48 ..... محدود کردن برنامه های کاربردی شخصی
- 49 ..... مکان های فیس بوک؛ به اشتراک گذاری مکان یابی فیس بوکی
- 50 ..... مکان یابی کاملا خود کار نیست
- 51 ..... غیر فعال کردن قابلیت مکان ها در فیس بوک
- 53 ..... وارد شدن در فهرست مکان ها یا پرچسب گذاری
- 53 ..... نکات امنیتی و حریم خصوصی؛
- 54 ..... تنظیمات اضافی مربوط به پیکربندی قابلیت مکان ها
- 55 ..... گزارش مشکلات
- 59 ..... جلوگیری از خودکشی و سایر خود آزاری ها
- 60 ..... نتیجه گیری

## مقدمه

به کتاب راهنمای والدین ما خوش آمدید! مطالب این کتاب به گونه‌ای طراحی شده است تا به شما کمک کند ماهیت و طرز استفاده ایمن از سایت فیس بوک را به خوبی فرا گیرید. با خواندن این کتاب، اطلاعات شما در این زمینه بهتر خواهد شد و قادر خواهید بود به نحو موثرتری با کاربران جوان فیس بوک، ارتباط برقرار کنید. برقراری ارتباط موثر با کاربران جوان فیس بوک به دلایل زیر مهم است؛ (1) اگر فرزندان ما در مسیر اشتباهی قرار داشته باشند، از آنها می‌خواهیم که به نصایح ما گوش دهند و به سمت ما برگردند، و (2) از آن جایی که اینترنت به طور روزافزونی در حال تبدیل شدن به ابزاری اجتماعی و متحرک است در عصر کنونی، راهنمایی و پشتیبانی از والدین، نقشی بسیار کلیدی در سلامت و اتخاذ رفتارهای درست افراد جوان در رسانه‌های اجتماعی و تکنولوژیها دارد.

قابل توجه خوانندگان این راهنما؛ فیس بوک به طور منظم، قابلیت‌های جدیدی را به سایت خود اضافه کرده و موارد قدیمی را با نسخه‌های جدید جایگزین و به روز رسانی می‌کند. این راهنما شامل آخرین اطلاعات موجود به هنگام چاپ این متن، یعنی پاییز سال 2010 است. اگر مطلبی را در این راهنما مشاهده کردید که قدیمی بود، لطفاً یک نامه الکترونیکی (ایمیل) را به آدرس [admin@connectsafely.org](mailto:admin@connectsafely.org) بفرستید و مورد مد نظرتان را بیان کنید.





### فیس بوک چیست؟

فیس بوک یک سایت شبکه‌بندی اجتماعی است که توسط بیش از 500 میلیون نفر و در تمام کشورهای دنیا از آن استفاده می‌کنند و تاکنون به 70 زبان مختلف ارائه می‌شود. حداقل سن برای عضو شدن در این سایت 13 سال است، ولی نوجوانان تنها درصد اندکی از کاربران فیس بوک را تشکیل می‌دهند. این سایت عمدتاً توسط بزرگسالان استفاده می‌شود که قطعاً بخشی از این کاربران را والدین تشکیل می‌دهند. ولی فیس بوک نه تنها توسط افراد معجزاً استفاده می‌شود، بلکه توسط شرکت‌های تجاری، سازمانها و حکومت‌ها در سرتاسر دنیا استفاده می‌شود تا پیام‌های بازاریابی را بفروستند، به دنبال بودجه‌های خیریه بگردند و با مصرف‌کنندگان و اعضای‌شان ارتباط برقرار کنند. فیس بوک قطعاً تنها سایت شبکه‌بندی اجتماعی موجود در فضای اینترنت نیست، بلکه هزاران سایت از این دست وجود دارد که در سرتاسر دنیا مستقر شده‌اند که تعدادی از آنها شامل سایت‌های اجتماعی عمومی برای افراد ساکن در یک کشور بخصوص بوده و برخی نیز برای گروه‌هایی با علایق و تمایلات بخصوص در گروه‌های بسیار متنوع، مثلاً دانش‌آموزان، طرفداران ورزشی، هواداران فیلم، آشپزها، گردشگران، بازی‌کننده‌ها، مشتاقان موسیقی و غیره، هستند. برخی از سایت‌های اجتماعی برای استفاده بر روی کامپیوتر طراحی شده‌اند و برخی دیگر نیز برای استفاده در تلفن‌های همراه، سایت فیس بوک توسط هر دو وسیله قابل دستیابی است.

### چه کارهایی را می‌توان با فیس بوک انجام داد؟

آنها می‌توانند با استفاده از فیس بوک، چت کنند، عکس‌ها را به اشتراک بگذارند (بیش از 100 میلیون عکس جدید در هر روز!)، فایل‌های ویدئویی را ارسال کرده، با یکدیگر در تماس باشند و اخبار فردی را به اشتراک بگذارند، بازی کنند، قرار ملاقات‌ها و نشست‌های دوستانه را برنامه‌ریزی کنند، پیام‌های تبریک تولد و

پیام‌های تعطیلات بفرستند، تکالیف درسی و کارهای تجاری را با یکدیگر انجام دهند، دوستان قدیمی و ابستگان دور را که مدت زمان مدیدی از آنها پی‌خبر بودند را پیدا کرده و با آنها تماس بگیرند، کتاب‌ها را مرور کنند و رستورانهای مورد نظرشان را به دیگران توصیه کنند، از جنبش‌ها و حرکات خیرخواهانه نیز حمایت کنند و موارد دیگر.

در حقیقت، تقریباً تمام افراد می‌توانند از فیس بوک به نحوی استفاده ببرند. گاهی اوقات به این سایت لقب "سایت همه کاره اجتماعی" داده می‌شود. این سایت همانند یک شبکه نیرومند یک فراساختار پشتیبانی را برای فعالیت‌های روزانه دائماً در حال تغییر مربوط به صدها میلیون کاربر را، 24 ساعته، و در تمام روزهای سال، بدون تعطیلی، فراهم می‌کند. مقدار فعالیت انجام شده توسط کاربران فیس بوک، تقریباً قابل تصور نیست. در هر ماه، کاربران پیش از 30 میلیارد محتوای جدید (توضیحات، تصاویر، پیوندهای صفحات اینترنتی، پست‌های (مطالب) و بلاگ، فایل‌های ویدئویی، و غیره) را در فیس بوک اضافه می‌کنند.

در عمل، خروجی فیس بوک یک موجود زنده است که به طور مداوم در حال تغییر است. برخلاف رسانه‌ای که ما والدین با آنها رشد کردیم و بزرگ شدیم - نظیر کتاب‌ها، روزنامه‌ها، و حتی رادیو و تلویزیون - این خروجی یک محصول "کاربر گرا" و اشتراکی مربوط به زندگی (نه فقط زندگی اجتماعی) چندین میلیون کاربر این رسانه جدید که خودبخود و در هر لحظه در سرتاسر دنیا به‌نگام می‌شود. فیس بوک یک شبکه اجتماعی با ساختار در هم تنیده بسیار بزرگ متصل به هم و پی‌سیم است که به طور روزافزونی تمام جنبه‌های زندگی بشری را می‌تواند منعکس دهد.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

چرا افراد جوان از فیس بوک استفاده می کنند؟

می داده است که افراد جوان به دلایل زیر از سایت های شبکه پندی استفاده می کنند:

- انجام کارهای اجتماعی یا "پیرون رفتن" با دوستان شان، که عمدتاً دوستان مدرسه آنها هستند.
- اخبار روزمره درباره دوستان، آشنایا، وابستگان، و گروه های هم سن و سال شان.
- همکاری در خصوص تکالیف مدرسه.
- کسب اعتبار یا بدست آوردن حمایت عاطفی.
- ابراز وجود و عقیده، و کاوش و شکل گیری هویت که در حین بلوغ و نوجوانی روی می دهد.
- چیزی که روانشناسان از آن به عنوان "یادگیری غیررسمی" یا همان یادگیری در خارج از محیط های رسمی نظیر مدرسه یاد می کنند، منجمله یادگیری هنجارهای اجتماعی و دانش اجتماعی.
- یادگیری مهارت های فنی مرتبط با عصر دیجیتال که به باور بسیاری از تاجران و بازرگانان برای توسعه شغلی و حرفه ای ضروری می باشند.
- پی بردن به کشف علایق، هم علایق تحصیلی (علمی) و هم علایق مربوط به شغل آینده.
- یادگیری درباره دنیای پیرون از خانه یا محیط مدرسه شان.
- مشارکت مدنی - شرکت در جنبش هایی که برای آنها معنادار و دارای ارزش است.

## آیا فیس بوک محیطی امن است؟

درست مثل جوامع موجود در دنیای واقعی، هیچ سایت شبکه‌بندی اجتماعی، دنیای مجازی، بازی آنلاین یا هرگونه سرویس رسانه‌ای اجتماعی نمی‌تواند امنیت 100% را تضمین کند، که فیس بوک نیز جزئی از آنهاست. چرا؟ چون این یک وب اجتماعی است، و امنیت آن تا حد زیادی به رفتار کاربرانش در قبال یکدیگر بستگی دارد. فیس بوک قابلیت‌های امنیتی، خصوصی و آموزشهایی برای کاربرانش فراهم می‌کند. شاید به سود والدین باشد تا از "مرکز ایمنی فیس بوک" بازدید کنند که منبعی جامع برای نوجوانان، والدین، مربیان و معلمان قانون است. اطلاعات امنیتی مندرج در سایت و این کتابچه راهنما، از این جهت اهمیت دارند که آنچه فیس بوک عرضه می‌کند محصول فعالیت کاربرانش است. والدین لازم است بدانند، در شبکه‌های اجتماعی، امنیت مسئولیتی مشترک است - یک تماس و تبادل اطلاعات مداوم بین کاربران (به عنوان مثال، ارتباط بین همه دوستانی که یک عکس بین‌شان به اشتراک گذاشته می‌شود یا سایر دوستان در این سایت)، بین کاربران و سایت، و بین کاربران نوجوان و والدینشان.

از اینرو پاسخ کوتاه به آن سوال، این است که در این محیط رسانه‌ای بسیار اجتماعی، امنیت یک کاربر همانقدر به خودش وابسته است که به سایت وابسته می‌باشد. به این دلیل که والدین باید در چریان امور باشند و راههای ارتباطی خود با فرزندانشان را کاملاً باز نگه دارند - چرا که جوانان، مانند همه کاربران فیس بوک، مدام در حال تماس، پست کردن و به اشتراک گذاری محتوا در این سایت هستند.



چه خطراتی در فعالیتهای شبکه‌بندی اجتماعی وجود دارد؟

1. پژوهشی که اخیراً درباره خطرات مرتبط با جوانان انجام شد، به پنج یافته مهم در این زمینه رسیده است:
  1. احتمال اینکه افراد جوانی که در محیط آنلاین رفتارهای پرخاشکانه دارند، قربانی مسائل آنلاین شوند پیش از دو برابر دیگران است، از اینرو رفتار خود فرزندان در فیس بوک یا هر سایت اجتماعی دیگر، نقشی کلیدی در جهت سالم ماندن در وب اجتماعی دارد.
  2. معمولترین خطری که افراد جوان در محیط آنلاین با آن مواجه می‌شوند اذیت و پرخاشگری همسالان است - به عبارتی دیگر رفتارهای آزاردهنده، خشن و توهین آمیز.
  3. ساختار و محیط روانی پیرامون یک فرزند (به عنوان مثال، خانه و مدرسه) در مورد پیشبینی خطرات تهدیدکننده‌اش، امکان بهتری نسبت به دیگر تکنولوژی‌های مورد استفاده وی فراهم می‌آورند. از اینرو...
  4. همه فرزندان به طور مساوی در معرض خطرات آنلاین نیستند، کودکانی که خطرات آنلاین، بیشتر آنها را تهدید می‌کند آنهايي هستند که در محیط "زندگی واقعی" آفلاین بیشتر در معرض خطر قرار دارند.
  5. گرچه برای اکثریت جوانان، فعالیت در شبکه‌های اجتماعی تا حد زیادی بازتاب زندگی آفلاین است، ولی این شبکه‌ها همچنين می‌توانند مشکلات زندگی واقعی و منازعات را بسیار سریع وسعت داده، دائمی و پخش کنند. عذرخواهی به خاطر مطلبی که در حالت عصبانیت یا تحریک آنی منتشر شده فوق العاده سختتر است، به همین خاطر چیزی مهمتر از این نیست که کاربران (در هر گروه سنی) پیش از "حرف زدن"، پست کردن مطلب یا ارسال یک پیام متنی درباره آن فکر کنند.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

ریسک‌های بخصوص فعالیت در شبکه‌های اجتماعی عبارتند از...

- انتشار اطلاعات درباره خود افراد که الف) به غریبه‌ها برای مکانیابی‌شان کمک کند؛ ب) برای فریب‌شان مورد استفاده قرار گیرد؛ یا ج) چه توسط خودش یا دیگران منتشر گردد، سبب صدمات روانی به آنان شده یا اعتبار و فرصت‌های آتی‌شان را به خطر بیاندازد.
- آزار و ترساندن ("ترساندن سایبری") از سوی فرزندان شما یا دیگران
- صرف زمان بیش از حد در محیط آنلاین، و از دست دادن حس توان در فعالیتها ("تعریف زیاد بودن" بستگی به فرد دارد، به همین دلیل است که والدین باید در تعیین آن دخالت کنند).
- قرار گرفتن در معرض محتوای نامناسب (این هم به فرد بستگی دارد)، گرچه معمولاً نسبت به آنچه در فیس بوک و دیگر سایت‌های شبکه اجتماعی وجود دارد، مطالب نامناسب‌تر بیشتری در وب دیده می‌شود.
- پتانسیل ارتباط نامناسب با افراد بزرگسال (لازم است والدین اطمینان حاصل کنند که فعالیت در شبکه‌های اجتماعی کودک‌شان منجر به ارتباطی واقعی و فیزیکی نمی‌شود که مورد تایید خودشان یا بزرگسالان مراقب و دلسوز کودک‌شان نیست).
- آسیب به اعتبار یا فرصت‌های ارتقای آتی به خاطر رفتار خود افراد جوان یا همسالانشان - پست‌های زننده یا خشن، ویدئوها یا تصاویری که برای اعتبار افراد مناسب نیست یا منازعات گروهی که در متن یا عکس به تصویر کشیده شده است.

### برای کاربران فیس بوک چگونه همانند والدین عمل می کنیم؟

شما درست مانند زندگی واقعی کودکان برای کمک به وی در جهت ساختن هویتی مثبت، حفظ روابط خوب و خلق اعتبار مثبت در محیط اجتماعی وب نقشی کلیدی دارید. ما در بخش "روش اجرا" در این زمینه بحث ویژه ای خواهیم داشت، ولی در اینجا برخی راهنمایی های مقدماتی مراقبت از فرزندان در وب اجتماعی را که دانستنتان می تواند بسیار مفید واقع شود، بیان می کنیم:

استفاده از فیس بوک کاملاً شخصی است، از اینرو نکته امنیتی شماره 1 این است که "با کودکان صحبت کنید". هر چیزی درباره وضعیت جوانان در فیس بوک، در جاهایی مثل اخبار رسانه ها، می خوانید یا می شنوید و اغلب تصویری بسیار منفی از این سایتها ارائه می دهند را، باور نکنید. بزرگسالانی که رسانه های اجتماعی را درک نمی کنند، برخی اوقات استفاده از فیس بوک را به عنوان فعالیتی می پندارند که ممکن است افراد جوان به آن "معتاد" شوند. اگر آنها در هنگام استفاده از فیس بوک به چیزی معتاد می شوند، این می تواند به دوستانشان در مدرسه یا تجربه اجتماعی شان مربوط شود. ولی حتی دو کودک با سنین متفاوت در یک خانواده می توانند از فیس بوک استفاده بسیار متفاوتی داشته باشند. یافته های مطالعه اخیر نشان می دهد: (1) استفاده از فیس بوک حتی برای کاربران جوان مشتاق نیز، جای علایق آفلاینشان مثل ورزش یا موسیقی را نگرفته است، و (2) حتی وقتی افراد جوان همیشه صفحه فیس بوک را "باز" نگه می دارند، این سایت اغلب "در پس زمینه فعال" است، همانطور که آنها به کارهای دیگر نیز می پردازند. اگر آنها در حین انجام تکالیف منزلشان از فیس بوک هم استفاده می کنند، ممکن است والدین این کار را سبب حواسپرتی آنان از کارهای مدرسه شان بدانند.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

وقتی اتفاقات بدی پیش می‌آیند شما به عنوان والدین نقش ویژه‌ای در حل این مسئله دارید، و به همین دلیل لازم است که نه تنها در رابطه با فیس بوک یا فعالیت در شبکه‌های اجتماعی، بلکه (به طور خاص) درباره استفاده فرزندان از آنها مطلع باشید. آنها به پشتیبانی شما نیاز دارند.

در صورت وقوع اتفاق بد، سعی نکنید واکنشی افراطی نشان دهید - این دلیلی دیگر است بر اینکه چرا مطلع بودن مفید خواهد بود. والدین آگاه، والدین خونسرد و مسلط به خود هستند، و زمانی که گفتگو بتواند به آرامی و باتامل پیش رود احتمال مراجعه کودک به والدینشان بیشتر می‌شود. وقتی آنها صحبت کردن با شما را برگزیدند، می‌توانید کمک بیشتری بنمایید، به همین خاطر باید تلاش کنید موقعیتهای برقراری ارتباط و حمایت را بیشتر کنید.

یک جعبه ابزار معجزه و آینده‌نگرانه در مورد چگونگی ایفای نقش‌های امروزی والدین شامل ارزشهای خانوادگی-تان، سیاستها و قواعد اداره خانه (به عنوان مثال درباره چگونگی استفاده فرزندان از وقتشان و زمان مناسب برای خاموش کردن وسایل دیجیتال)، و برخی اوقات تکنولوژی، یا ابزارهای "کنترلی والدین"، مانند فیلترینگ و مراقبت از محصولات نرم‌افزاری می‌باشد. اگر فرزندان چیزی درباره اوقات و قنذرانی آنلاینش نمی‌گویند، برخی اوقات زیر نظر گرفتن نرم‌افزارهایی که به آن مشغول است، مفید خواهد بود. معمولاً بهترین کار این است که به شکلی خودمانی و راحت به آنان اطلاع دهید که نرم‌افزارهای مورد استفاده‌شان را زیر نظر دارید، زیرا در این صورت اگر متوجه استفاده نامناسبی از اینترنت شوید، آنها از اینکه از ماجرا اطلاع دارید، شگفت زده نمی‌شوند و گفتگو به بحث و جدل تبدیل نمی‌گردد.



خود فیس بوک می تواند یک ابزار عالی مراقبت از فرزندان باشد. این سایت می تواند پنجره نادری از زندگی اجتماعی فرزندتان را به روی شما باز کند و همچنین به شما کمک کند تا در مورد استفاده آنها از سایت آگاه شوید. در واقع، از کودکان بخواهید که روش تنظیم قابلیت های خصوصی و ایمنی آن را به شما نشان دهند. شما نه تنها چیزهای بیشتری درباره فیس بوک یاد می گیرید بلکه خواهید دید که آنها درباره استفاده معقولانه از این سایت چقدر اطلاع دارند. اگر آنها خیلی به تنظیمات خصوصی فکر نکرده اند، همراه با فرزندانتان می توانید از این راهنما برای اجرای آن استفاده کنید. پس از آن، برای خود اکانتی در فیس بوک ایجاد کنید تا بتوانید با فرزندتان "دوست" شوید. این احتمالاً می تواند بهترین "ابزار نظارتی" شما باشد. خیلی از والدین این کار را می کنند. ولی درباره نوشتن روی "صفحه" شان (صفحه فیس بوک) یا نظر دادن درباره آنچه پست کرده اند بسیار مراقب باشید؛ این کار ممکن است سبب خجالت زدگی آنان شود که می تواند مانعی ناخواسته و غیرضروری در راه ارتباط شما و فرزندتان شود.

## روشهایی جهت نظارت بر فعالیتهای فیس بوک فرزندتان

همانطوریکه در بالا ذکر کردیم، یک روش جهت نظارت بر فعالیتهای فیس بوک فرزندتان، آن است که با آنها دوست شده و آنها را مجاب نمایید که با شما دوست شوند، در اینصورت شما می توانید با قوانین خانوادگی تنظیم کنید مثلا، "هیچ کس اجازه ندارد که مانع مطلع شدن سایر اعضا، خانواده از محتوای صندوق های پستی ما در فیس بوک گردد". به عنوان یکی از والدین - در صورتیکه شما و کودکتان از دوستان فیس بوکی یکدیگر باشید، می توانید در برابر این وسوسه که در صفحات آنها یادداشتهای عمومی بگذارید، مقاومت کنید. اعضای خانواده همواره می توانند پیامهای خصوصی را، به یکدیگر ارسال نمایند. (مانند پیامهای ایمیل)

تعدادی از کودکان ممکن است که بخواهند با والدینشان در فیس بوک دوست شوند، فقط از اینکه در لیست دوستانشان، اسامی والدینشان آورده شود، خجالت می کشند. برخی از والدین با ساختن نام کاربری متفاوت از اسامی حقیقی خودشان، این مشکل را حل می کنند، اگرچه استفاده نکردن از اسامی حقیقی کاربران در فیس بوک برخلاف مقررات آن می باشد. شیوه دیگری که برخی از والدین از آن استفاده می کنند، آن است که از پسردهای فرزندانشان مطلع گردند (ایمیل، وب سایت های اجتماعی و غیره). ما پیشنهاد می کنیم که شیوه های مذکور بهتر است در خصوص فرزندان کوچکترتان بکار گرفته شود، زیرا بسیاری از نوجوانان پیشتر ترجیح می دهند در این امور مخفیانه عمل کنند (به طور مخفیانه از سایت های دیگر استفاده کنند) تا اینکه به والدین خود این سطح از توانایی نظارت بر فعالیتهایشان را بدهند. میزان حریم خصوصی که یک کودک دارد، تا حد بسیار زیادی به خود کودک، و به خطمشی ها و ارزشهای خانوادگی او بستگی دارد.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

همچنین این روش می‌تواند مفید واقع شود بدین صورت که شما اسم، آدرس و شماره تلفن فرزندتان را در سایتهایی که جهت جستجو طراحی شده‌اند مانند گوگل و یا بینگ (Bing) وارد نمایید تا به کلیه مواردی که در خصوص فرزندتان در اینترنت موجود می‌باشد، دسترسی یابید.

گزینه دیگر آن است که، شما در یکی از شبکه‌های آنلاین مشهور نظارتی جدید مانند SafetyWeb و یا SocialShield ثبت نام کنید، که این شبکه‌ها در پیدا کردن فرزندتان در صورتی که آنلاین باشند، به شما کمک می‌کنند، بدون آنکه دوستانی در فیس بوک داشته باشید. هزینه حق عضویت این شبکه‌ها بصورت ماهیانه می‌باشد.

### ایمنی، حریم و محافظت از اعتبار و شهرت در عصر دیجیتال

قبل از اینکه در خصوص تنظیمات فیس بوک وارد جزئیات شویم، دانستن مفهوم اجتماعی کردن و تسهیم اطلاعات شخصی در محیط رسانه دیجیتال می‌تواند مفید واقع گردد. در این قسمت، ما بخش کوچکی از سابقه آن را ارائه خواهیم داد. و بطور کلی با این کتاب راهنما، ما تعدادی از نکات کلیدی و اصلی را جهت راهنمایی کاربران جوان شبکه‌های اجتماعی، مشخص خواهیم کرد.

مفهوم حریم، امروزه منجر به بروز تغییرات بسیاری در محیط رسانه اجتماعی گردیده و با زمانی که ما در دوران کودکی بسر می‌بردیم، متفاوت است. محققان بر این باورند، مردم ترجیح می‌دهند که قادر به کنترل سطح حریم

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

خصوصی خود باشند تا اینکه کاملاً خصوصی (محرمانه) بوده ( که منجر به شکست هدف کلی انجام فعالیت‌های اجتماعی آنلاین می‌شود) و یا کاملاً به طور آنلاین در معرض همگان باشد.

امروزه به اشتراک گذاشتن تصاویر و اطلاعات بصورت آنلاین، بخش ثابتی از چگونگی برقراری ارتباط مردم با یکدیگر در سراسر دنیا و حفظ آن اطلاعات شده است.

چون امروزه استفاده از رسانه، یک تجربه اجتماعی است، نه یک فعالیت فردی، بلکه یک تعامل و یک حرکت متقابل است. و از آنجایی که، تصاویر و فیلمها اغلب گروههایی از مردم، را نشان می‌دهند و نیز محتوا و تصاویر صفحه شخصی یک نفر، غالباً در صفحات افراد دیگر نیز نشان داده می‌شوند و یا بالعکس، مشخصات و تصاویر سایرین در صفحات شخصی شما نشان داده می‌شوند، می‌توان نتیجه بگیریم که امنیت و حریم شخصی در رسانه‌های اجتماعی انتقال یک تجربه مشارکتی است. یک شخص (شما یا فرزندتان) نمی‌تواند بطور کامل به کنترل پیامهای آنلاین خود بپردازد، حتی زمانی که از تجهیزات امنیتی بسیار قوی، بهره‌مند باشد.

نکته امنیتی و اعتباری؛ هر گونه پیام از جانب شما، خواه مثبت خواه منفی، می‌تواند در روابط شما با سایر افراد، و چگونگی برداشت مردم درباره شما و آنچه که ممکن است درباره شما به دیگران بگویند، تأثیرگذار باشد. همه ما باید به خاطر داشته باشیم که در سایتهای اجتماعی، این ما هستیم که بر روی افراد تأثیر متقابل خواهیم گذاشت (نه متن و عکسها) اگرچه متنها و عکسها از افراد قابل رویت تر و گویاتر هستند.





اطلاعات افراد جوان (تحقیقات نشان می‌دهد که اشتراک گذاری اطلاعات در فیس بوک بر روی روابط آنها با دنیای حقیقی، گروه‌های همسن و سالشان و زندگی تحصیلی آنها بسیار تأثیرگذار است) با پیگانگان بسیار ناچیز است. در حالیکه، این اقدام خیلی خوب است اما گاهی اوقات آنها آنچنان پرروی دوستان و هم‌تایان خود تمرکز می‌کنند، به گونه‌ای که این مسأله را مدنظر قرار نمی‌دهند که محتویات صفحه آنها چگونه می‌تواند توسط دیگران مشاهده شده و یا درمیان گروه گسترده‌تری از مخاطبان توزیع می‌شود و برگرداندن این محتویات بسیار مشکل خواهد بود. که آنها ممکن است در درک این مطلب که کنترل متن، عکس و یا فیلم و غیره، غیر ممکن است، به کمک والدینشان نیاز پیدا کنند.

نکته اعتباری؛ اگر هم تنظیمات مربوط به حریم شخصی فرزندتان صرفاً "برای دوستان تنظیم شده است، این امکان وجود دارد که یکی دوست، رابطه دوستی را زیر پا بگذارد و یا فقط جهت شوخی با فرزندتان، اطلاعاتی که فقط مربوط به دوستان بوده را کپی و به دیگری ارسال نماید. به همین دلیل، این موضوع بسیار حائز اهمیت است که کاربران باید در خصوص آنچه که بصورت آنلاین حتی برای دوستانشان ارسال می‌کنند، نهایت دقت را داشته باشند.

### اعتبار و شهرت خوب و رد پای دیجیتالی

با نوشتن اسم فرد مورد نظر در سایتهای جستجو، می‌توانید به هر آنچه که در مورد فرد مورد نظر شما در اینترنت وجود دارد، دست یابید. که، اطلاعات کسب شده همراه با عکسها، یا فیلم‌ها است که آنها و یا ممکن است دیگران



در باره آنها در سایتهای اجتماعی ارسال نموده‌اند، این موارد قسمتهایی از ردپاهای دیجیتال افراد می‌باشند. اطلاعات مذکور از چیزهایی جمع آوری شده‌اند که ما، در اینترنت از فعالیتهای آنلاین خود مثل ارسال پیامهای متنی، شماره همراه، ایمیل، چت کردن آنلاین و غیره، به جای گذاشته‌ایم.

برخی از مردم گمان می‌پرند که هر گونه اطلاعاتی که درباره افراد جوان بصورت آنلاین ارسال می‌گردد، مفید می‌باشد، اما در واقع پیامهای مثبت نیز می‌توانند منجر به ارتقا، اعتبار نوجوانان شوند (تازمانیکه آنها اطلاعاتی را که به اشتراک گذاشتن آنها امنیت ندارد، را در معرض دید عموم قرار ندهند، اطلاعاتی همانند آدرس خانه‌شان، اما به اشتراک گذاشتن اطلاعاتی نظیر صفحات اینترنتی، وبلاگها، عکسها یا به روز کردن درباره پیشرفت آنها در مدرسه و ورزش، عملاً می‌توانند وجهه آنها را بهبود دهد، و چنانچه فردی پیامهای منفی درباره فرزند شما ارسال نمایند که نمی‌توان آنها را پاک کرد، راهکار مذکور در بوجود آمدن اطلاعات مثبت درباره فرزندتان در اینترنت کمک می‌کند) و آن را متعادل سازد.

والدین اغلب شنیده‌اند که ارسال اطلاعات شخصی بصورت آنلاین برای کودکان خطرناک است، اما طبق مطالعات مرکز تحقیقات پیشگیری از بزهکاری کودکان، حقیقتاً "به اشتراک گذاری اطلاعات شخصی لزوماً" خطرناک نیست. در بسیاری از مکانهای آنلاین خجالت دادن و یا اذیت کردن دیگران و یا صحبت درباره مسائل جنسی با افرادی که آنها را نمی‌شناسید، از جمله موارد خطرناک می‌باشند. مطمئن باشید که فرزندتان شما درگیر چنین رفتارهایی نیستند. اطلاعات شخصی مانند آدرس و یا شماره تلفن از جمله مواردی هستند که نوجوانان نباید آنها را ارسال نمایند. اطلاعات عمومی نظیر اینکه در چه شهری زندگی می‌کنند برای ارسال مناسب می‌باشد.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

نکته اعتباری؛ هیچگونه مورد منفی در خصوص داشتن رد پای دیجیتال وجود ندارد (صدها میلیون از مردم هم اکنون دارای رد پای دیجیتال می‌باشند) اما والدین می‌خواهند که رد پای دیجیتال فرزندانشان، یک انعکاس مثبت از آنها باشد. این نکته بسیار مهم و ضروری است که آگاه باشیم از اینکه ما در حال باقی گذاشتن یکسری از اطلاعات هستیم و باید در مورد صحبت‌هایمان بصورت آنلاین نهایت دقت را داشته باشیم. همچنین خوب است که از آنچه که دیگران درباره ما می‌گویند، آگاه باشیم. به منظور داشتن اعتبار آنلاینی سازنده، باید شهروند دیجیتال خوبی باشیم؛ رفتاری مودبانه داشته و نسبت به افراد آنلاین با احترام برخورد نموده و به تسهیم اطلاعات مثبت درباره خودمان در وبلاگها، سایتهای شبکه بندی اجتماعی و سایر رسانه‌های اجتماعی بپردازیم.

### چگونه تنظیمات سایت فیس بوک را برای فرزندان خود بهینه کنیم؟

این بخش، راهکاری را برای تنظیمات صفحه فیس بوک ارائه می‌کند که به شما کمک کرده تا در سه حوزه اصلی از فرزندان محافظت و پشتیبانی کنید. این سه حوزه عبارتند از امنیت، حریم شخصی و حفظ اعتبار. اگر در مورد تنظیمات، یا ویژگیهای خاص فیس بوک سوالی دارید، می‌توانید از کاربران جوان فیس بوک که در خانه کنار دستتان نشسته‌اند، بپرسید! این شیوه، راهکار خوبی برای شروع یک گفتگو در مورد چگونگی استفاده کنونی آنها از این سایت است. اگر در طول معرفی بخش‌های مختلف مربوط به تنظیمات، اگر بچای "نوجوان شما" از عبارت "شما" استفاده می‌کنیم، لطفاً دلسرد و مایوس نشوید. این متن، یک راهنما برای والدین است، که

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

هدف اصلی آن کمک به شما در راهنمایی و هدایت فرزندتان است، اما از آنجا که در حال حاضر بسیاری از والدین خودشان نیز از فیس بوک استفاده می کنند، شما نیز می توانید از این راهنما استفاده کنید.

### Children need to be honest about their age

Birthdate: Jun 11 1995

Why do I need to provide this?

Sign Up

### بچه‌ها باید در مورد ذکر سن و سال خود صادق باشند

فیس بوک از کاربران خود می خواهد که تاریخ دقیق و واقعی تولد خود را وارد کنند. اگر سن آنها زیر 13 سال باشد، اجازه ثبت نام نخواهند داشت. اما چنانچه در رده سنی 13 تا 18 سال باشند، به دلیل کم بودن سن، نیاز به برخی اقدامات حمایتی خاص خواهند داشت.

زمانی که شخصی یک شناسه کاربری جدید در فیس بوک ایجاد می کند، یکی از نخستین کارهایی که از او درخواست می شود، وارد کردن تاریخ تولد است. یکی از دلایل اصلی این کار، این است که سایت بداند این فرد زیر 13 سال است یا زیر 18 سال. اگر سن فرد زیر 13 سال باشد، اجازه ورود به فیس بوک را نخواهد داشت. اما چنانچه بین 13 تا 17 ساله باشند، اجازه ورود پیدا می کنند، اما - باز هم به دلیل کم سن و سال بودن - حمایت‌های خاص و بیشتری برای آنها اعمال می شود.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

ما با کسانی که در مورد سن و سال خود دروغ گفته باشند، به شدت برخورد می‌کنیم. علت اینکه فیس بوک عضویت افراد را محدود به سنین 13 سال به بالا کرده است، دلایل قانونی و نیز تربیتی است. علاوه بر آنکه ما ملزم به رعایت قانون ایالات متحده هستیم (قانونی که فعالیت حمایتی محرمانه در شبکه‌های آنلاین نامیده می‌شود، که طبق آن هر کودک زیر 13 سال قبل از باز کردن هرگونه بسته اطلاعات شخصی و خاص، پایستی معجز معتبر و قابل اثباتی از والدین خود داشته باشد)، فیس بوک محیطی را خلق و طراحی کرده است که تنها برای نوجوانان و بزرگسالان مناسب است. هم‌چنین قوانین و خطی‌مشی‌های این سایت برای نوجوانان و بزرگسالان در نظر گرفته شده است. و حتی مهمتر از آن، اطلاعات امنیتی و حمایتی که فیس بوک ارائه می‌دهد، برای افراد 13 سال به بالا طراحی می‌شود.

با گفتن تمام این نکات، باز باید با واقعیت روبرو شد. بر اساس بررسی انجام شده در ژوئیه سال 2010، 37٪ از کودکان 10 تا 12 ساله در این سایت عضو بودند و این بدان معناست که هر یک از این کودکان برای برخورداری از خدمات این سایت، در مورد سن خود، متوسل به دروغ‌گویی شده‌اند. شما بزرگترها می‌توانید ساعتها به بحث در مورد خوب یا بد بودن این مساله بپردازید، اما این واقعیتی است که همه ما با آن مواجه هستیم. اگر شما هم فرزندی زیر 13 سال دارید که از خدمات این سایت استفاده می‌کند، پیشنهاد می‌کنیم که حق عضویت خود را باطل کرده و از سرویس‌هایی که تناسب بیشتری با سن و سال آنها دارد، استفاده کنید. اما اگر با وجود همه محدودیت‌هایی که سایت در نظر گرفته، آنها باز هم تمایل به ادامه استفاده از آن دارند، این



نکته اهمیت بیشتری پیدا می کند که شما به عنوان والدین، محیطهای خصوصی آنها در سایت را تنظیم و قالب ریزی کرده و تا حد ممکن برای آنها محدودیت قایل شوید و اطمینان حاصل کنید که شما محرم اسرار و دوست آنها هستید، در غیر این صورت تلاش کنید که فعالیتهای آنلاین آنها در شبکه را تحت نظارت و کنترل خود در آورید. برای دانستن چگونگی انجام این کار، ادامه مطلب را بخوانید.

### دوستان خود را عاقلانه و خردمندانه انتخاب کنید

پس از مدت زمان کوتاهی که از حضور شما یا نوجوانتان در فیس بوک می گذرد، احتمالاً چندتایی پیام دوست-یابی دریافت می کنید. در این پیامها از شما می خواهند که با آن افراد "دوست" شوید. زمانی که چنین درخواستهایی را بپذیرید، خواهید توانست هر آنچه که آن افراد می فرستند را ببینید و آنها نیز آنچه را که شما برای دیگران ارسال می کنید، می بینند. بعداً به موضوع محیطهای خصوصی در سایت خواهیم پرداخت. اگر درخواست از سوی کسی باشد که شما تمایل به ادامه ارتباط با وی را داشته باشید، شاید قصد داشته باشید نام او را در لیست "دوستان" تثبیت کنید. اما اگر او را در دنیای واقعی شناسید یا به هر دلیل نخواهید که در محیط مجازی با او ارتباط برقرار کنید، می توانید روی عبارت Not Now کلیک کنید و به این ترتیب آنها به فهرست شما اضافه نخواهند شد. اصلاً نگران نباشید، آنها پیغامی مبنی بر اینکه شما آنها را رد کرده اید دریافت نخواهند کرد.



Brandon  
5 mutual friends

Confirm

Not Now



دقیقاً همانگونه که می‌توانید اسمی را به فهرست "دوستان" اضافه کنید، به سادگی نیز می‌توانید آنها را حذف کنید؛ تنها کافیست به قسمت پایین صفحه مربوط به آنها بروید و با کلیک آن نام را از فهرست خود پاک کنید. در اینجا نیز، آنها پیغامی که نشان از حذف آنها باشد، دریافت نخواهند کرد.

Suggest Friends

Remove from Friends

Report/Block this Person

Share

نکته امنیتی؛ تحقیقات نشان می‌دهد که رفتارهای تهاجمی و ستیزه‌جویانه در شبکه، خطر تجاوز و تهاجم در دنیای واقعی را افزایش می‌دهد. برخوردها و رفتارهای حاکی از تهدید و زورگویی می‌توانند حس انتقام و تلافی را تحریک کنند، بنابراین تهدیدها و هدف‌گیریهای آنلاین می‌توانند در چشم‌پر هم زدنی، نقش افراد را به کلی تغییر دهند- افرادی این کار را با نوشتن دستورات و یا ارسال عکس‌های ناراحت‌کننده و مستهجن به صورت زنجیره‌ای و پشت سر هم انجام می‌دهند.

خدمات پیغام‌ها (Messages)، صفحه پست‌ها (Wall Posts) و و فید اخبار (News Feed)

در فیس بوک برای ارتباط کاربران با یکدیگر، چندین راه وجود دارد. یک انتخاب، ارسال پیغام است که اساس آن مانند فرستادن پست الکترونیکی است و تنها گیرنده، پیام شما را می‌بیند. روش دیگر، نوشتن روی صفحه



مخصوص پیام‌های یک شخص است که "Wall" نامیده می‌شود، که بسیار علنی و همگانی خواهد بود. بسته به محیط‌های خصوصی شما در شبکه، چنین نوشته‌ای را تمام دوستان شما و یا حتی شاید طیف وسیعی از حاضران در سایت خواهند دید. مراقب باشید که دچار اشتباه رایج ارسال پیام‌های خصوصی از طریق Wall نشوید.

فیس بوک دارای محیط دیگری نیز می‌باشد که آن را فید اخبار یا News Feed می‌نامند و شامل مجموعه‌ای از مطالب ارسالی است که کاربران روی صفحه خانگی خود دریافت می‌کنند- این بسته‌ها از سوی دوستان یا در مواردی، دوستانِ دوستان آنهاست. البته تمامی آنچه که دیگران می‌فرستند، در News Feed نشان داده نمی‌شود، اما مقدار زیادی از آنها را می‌توان در این محیط دید. بسته‌های ارسال شده‌ای که در این محیط می‌توانند ظاهر شوند، بستگی به چگونگی طراحی و تنظیمات محیط‌های خصوصی شما در شبکه دارد.

نکته‌ای در مورد امنیت، حریم شخصی و اعتبار؛ هر آنچه که بگویید، به خود شما برمی‌گردد. دانستن این نکته به شما کمک می‌کند تا هر گاه خواستید به قسمت "Wall" یک شخص پیغامی ارسال کنید، در مورد اطلاعات به روز او اظهار نظر کنید یا آنرا تایید نمایید، یا حتی دلیلی ارایه دهید و به افراد حاضر در شبکه و تاثیر گفته‌های خود کمی فکر کنید. پیام شما، شما را چگونه معرفی می‌کند؛ اگر می‌خواهید صرفاً چیزی را به یک نفر از دوستان خود بگویید، تنها یک پیغام خصوصی بفرستید یا از سرویس چت در فیس بوک استفاده کنید. اما باز هم به خاطر داشته‌باشید که پیام شما اگر به مذاق گیرنده خوش نیاید، ممکن است کپی و برای افراد دیگری فرستاده شود.

پس مواظب باشید!





محتویات پروفایل کودک خود را کنترل کنید.

کاربران فیس بوک هر لحظه اراده کنند، می توانند با رفتن به صفحه پروفایل (Profile) و کلیک بر روی عبارت ویرایش پروفایل من (Edit my Profile) که در زیر تصویر آنها (یا هر تصویری که برای معرفی خود انتخاب کرده اند)، آن را ویرایش و تصحیح کنند.

اگرچه فیس بوک کاربران خود را به اضافه نمودن اطلاعات به تاریخچه شناسه خود تشویق می کند، اما ایرادی ندارد که بعضی قسمتها سفید و خالی باشند. فرزندان شما مجبور نیستند اطلاعاتی را که نمی خواهند، ارائه دهند، حتی اگر قسمتهایی وجود داشته باشد که همه نوع اطلاعات را بخواهد. با آنها مشورت کنید و تصمیم بگیرید که بهتر است چه قسمتهایی را خالی بگذارید.

Current City:  ×

Hometown:  ×

Sex:   Show my sex in my profile

Birthday:     Show only month & day in my profile.

Interested In:  Women  
 Men

Looking For:  Friendship  
 Dating  
 A Relationship  
 Networking

Political Views:

Religious Views:

Bio:

ویرایش صفحه پروفایل من؛ در واقع آنچه را که در این صفحه مشاهده می کنید، با توجه به سن شما و تنظیمات محیطهای خصوصی شما متفاوت است. (در اینجا برای پیوگرافی و عبارات و نقلهای دلخواه جایی در نظر گرفته نشده است.)

ما توصیه نمی کنیم که نوجوانان رازهای خود را پر ملا کرده و بگویند به چه کسی علاقمند شده اند و یا به به دنبال چه نوع روابطی هستند. علاقمند بودن (جایی که حق انتخاب زن، مرد، هر دو یا هیچ یک از آنها را دارید) شیوه ای برای بیان چیزهایی است که در امور جنسی برای یک شخص اهمیت دارد - چیزی که باید نوجوانان از آن برحذر باشند. اما در پی چیزی گشتن، راهی است برای روشن شدن این موضوع که آیا شما در جستجوی رابطه ای رمانتیک و عاشقانه هستید یا نه. با نوجوانان خود سر صحبت را باز کنید و ببینید که آیا دوست دارد شما یکی از آن پیام های خاص او را بخوانید و اینکه اگر یکی از دوستان، آشنایان و یا غریبه ای چنین کاری انجام دهد، چه اتفاقی می افتد - ما قویاً توصیه می کنیم که آنها آن بخش از اطلاعات خود را ارائه نکنند و در اختیار بقیه قرار ندهند.

نکته مربوط به حریم خصوصی؛ شما می توانید تعیین کنید که چه کسی صفحه پروفایل را ببیند. صرف نظر از چیزی که نوجوان شما چه چیزی در صفحه پروفایل وارد کرده باشد، در صفحه تنظیمات حریم خصوصی، می توانید تعیین کنید که چه کسانی بتوانند به این اطلاعات دسترسی داشته باشند. ما توصیه می کنیم که حداکثر، این اجازه را به افرادی بدهید که در لیست "فقط دوستان" قرار دارند.



بخش مربوط به بیوگرافی (Bio) می‌تواند مکان بسیار جذابی برای یک نوجوان باشد تا در آن صفحه اندکی درباره خودش بنویسد، اما درخصوص افشاء و بازگویی پیش از اندازه یا بیان مسائلی درباره خودش که ممکن است خجالت‌آور یا نامناسب باشند، باید مراقب باشید. حتی یک مطلب در ظاهر بی‌ضرر و بی‌اهمیت همانند آن چیزی که یک نوجوان در بخش نقل قول‌های محبوب (Favorite Quotations) ارسال می‌کند نیز ممکن است در مواقعی که با هر چیز دیگری که آنها درباره خودش ارسال می‌کنند به اعتبارشان خدشه وارد کند.

علی‌رغم اینکه فیس بوک از شما می‌خواهد مرد یا زن بودن خود را افشاء کنید، اما تنظیمات پیش فرض به این صورت است که گزینه "جنسیت من را در صفحه پروفایل من نشان بده" فعال نیست، و پیشنهاد ما این است که نوجوانان این حالت را تغییر ندهند.

همچنین والدین باید مطمئن شوند که کودکان آنها در حال افشاء اطلاعات پیش از حد لازم در سایر بخش‌ها نیز نباشند. قسمت تمایلات و علایق (Likes and Intrests) می‌تواند به کودک شما کمک کند تا با افرادی ارتباط برقرار کند که علایق مشابهی با او دارند، اما بسته به آنچه که ارسال شده باشد، این قسمت می‌تواند آنها را در معرض تهدید و آزار دیگران قرار دهد. قرار دادن اطلاعاتی در خصوص اینکه به کدام مدرسه می‌روند در بخش "تحصیل و کار" (Education and Work) خوب است. به کودک خود یادآوری کنید که در خصوص آنچه که در قسمت "اطلاعات تماس" (Contact Information) قرار می‌دهد، بسیار مراقب و محتاط باشد.

نکته اعتباری؛ در برخی جوامع این مساله یک موضوع امنیتی نیز می تواند باشد؛ نوجوانان ممکن است تمایل داشته باشند قبل از اینکه عقاید سیاسی یا مذهبی خود را بیان کنند، شرایط را به خوبی سنجین کنند. آیا آن مسائل خصوصی برای خانواده شما اهمیت دارد؟ شما ممکن بخواهید با کودک خود در این باره صحبت کنید که چه اطلاعاتی برای به اشتراک گذاشتن عمومی، حتی برای دوستان، که ممکن است آن اطلاعات را با دیگران تسهیم کنند، مناسب هستند.

### پیکر بندی تنظیمات مربوط به حریم خصوصی در فیس بوک

به جز چند مورد، کاربران، می توانند کنترل کنند که چه کسانی پست‌هایشان را ببینند. و برای کاربران زیر 18 سال، فیس بوک میزان پیشتری از حفاظت خصوصی وجود دارد. این استثناها عبارتند از اینکه فیس بوک، نام، تصاویر پروفایل، جنسیت و شبکه‌هایی که به آنها تعلق دارند را به همه کاربران نشان می‌دهد. با این حال، حتی در چنین حالتی نیز شما برخی کنترلها را بر این وضعیت خواهید داشت. شما یا نوجوانتان لازم نیست عکس برای پروفایلتان منتشر کنید (شما می توانید جای آن را خالی بگذارید یا عکس یک شیء، یا شخصیت کارتونی را به جایش پست کنید)، و لازم نیست عضو شبکه‌ها شوید. نیازی نیست نام واقعی‌تان را قید کنید؛ این یک ویژگی امنیتی است که مانع از آن می‌شود که یک فرد خود را بجای دیگری معرفی کند.

در حالت عمومی، امکان جستجوی کاربران بزرگسال فیس بوک در درون خود سایت و در بیرون از آن (در اینترنت) وجود دارد، ولی آنها می توانند اینکه چه کسی در فیس بوک پیدایشان کند را محدود کنند و انتخاب

کنند که توسط موتورهای جستجو قابل یافتن نباشند. هیچکس به جز دوستان فیس بوکی کاربران نوجوان فیس بوک نمی توانند آنها را از طریق موتورهای جستجو پیدا کنند.

نکته امنیتی و اعتباری؛ حریم خصوصی شمشیری دولبه است. اگر فرزندان شما تنظیمات حریم خصوصی را روی میزان حداکثر تنظیم کرده اند (که ما آن را توصیه می کنیم) و گروههایشان را محرمانه نموده اند، این کار می تواند جلوی دسترسی والدین به آن اطلاعات را نیز بگیرد. شما باید به گفتگوهای منظم با نوجوانانتان درباره آنچه در سرویسشان پست می کنند، ادامه دهید. ولی این را هم در نظر داشته باشید که نمی توانید کاملاً از همه پستهایشان مطلع شوید، درست همانطور که وقتی حضور ندارید نمی توانید از آنچه با دوستانشان می گویند، مطلع گردید. خبر خوب این است که می توانید آنچه را که در ملاعام پست می کنند، ببینید و، اگر از دوستان فیس بوکی آنها هستید، می توانید اطلاعات بسیار خوبی درباره آنچه در این سرویس انجام می دهند، بیابید.

### حفاظتهای اضافی برای افراد نابالغ

حفاظتهای فوق العاده ای نیز برای افراد نابالغ در نظر گرفته شده است، برخی از این تنظیمات حریم خصوصی برای "همه افراد" قابل تنظیم هستند، که برای بزرگسالان به معنای همه کسانیست که به اینترنت دسترسی دارند. ولی برای نابالغان "همه افراد" معنای متفاوتی دارد؛ "فقط دوستان کودک"، "دوستان دوستان او"، و افرادی از هر مدرسه تایید شده یا شبکه کاری که به فیس بوک پیوسته اند. این بدان معناست که صرف نظر از اینکه چگونه تنظیمات خصوصی شان را برقرار کرده اند، حتی اگر بخواهند هم، نمی توانند از فیس بوک برای به اشتراک گذاری اطلاعات با تمام جهان استفاده کنند.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

البته، همیشه این امکان وجود دارد که افرادی که مطالب با آنها به اشتراک گذاشته می‌شود، (مثل یک هم‌مدرسه-ای) بتواند اطلاعاتشان را برای فردی دیگر یا سایتی دیگر بیرون از فیس بوک کپی یا ارسال کند. اگر یک کودک درباره سن خودش دروغ بگوید و مدعی شود که پیش از 18 سال دارد، چنین حفاظتهایی مفید واقع نخواهند شد. از این جهت است که دروغ نگفتن کودکان درباره تاریخ تولدشان در هنگام ثبت نام در فیس بوک اهمیت دارد.

تنها استثناهای مربوط به گزینه اعمال محدودیت برای پیدا کردن هر شخص و تعیین هویت او در فیس بوک، برای افراد نابالغ در دو گزینه قرار دارد؛ یکی در گزینه "مرا در سایت فیس بوک جستجو کن" و دیگری "برای من درخواست دوستی افراد را بفرست". در چنان مواردی، همه افراد واقعاً به معنای همه افراد است، ولی باز هم نوجوانان می‌توانند دستیابی محدودتری را اعمال کنند.

### تنظیم کنترل‌های مربوط به حریم خصوصی

#### Sharing on Facebook

	Everyone	Friends of Friends	Friends Only
My status, photos, and posts	*		
Bio and favorite quotations	*		
Family and relationships	*		
Photos and videos I'm tagged in		*	
Religious and political views		*	
Birthday		*	
Can comment on posts			*
Places I check in to [?]			*
Contact information			*
<input checked="" type="checkbox"/> Let friends of people tagged in my posts see them.			*
<a href="#">Customize settings</a>			This is your current setting.

## تنظیمات مربوط به حریم خصوصی پیش فرض فیس بوک

تنظیمات مربوط به حریم خصوصی پیش فرض فیس بوک برای افراد زیر 18 سال (تنظیمات "توصیه شده (Recommended)" در تصویر بالا را ببینید) مشابه تنظیمات برای بزرگسالان است، به جز اینکه، همانگونه که قبلاً بیان شد، همه افراد به عنوان فقط دوستان، دوستان دوستان، و افرادی که در مدرسه یا شبکه های کاری هستند، تعریف شده اند. خود این تنظیمات به تنهایی درجه ای از حفاظت را فراهم می سازند، حتی اگر نوجوان کاری برای شخصی سازی تنظیمات مربوط به خودش انجام ندهد. با اینحال، همانطور که می توانید در صفحه تنظیمات حریم شخصی ببینید، راهیایی برای توسعه دادن یا محدودتر کردن افرادی که می توانند اطلاعات پایه شما را ببینند، وجود دارد.

به عنوان مثال، بالای قسمت موارد "پیشنهاد شده (Recommended)" سه گزینه دیگر وجود دارد. برای بزرگسالان، "همه افراد" پیش از حد باز است زیرا می تواند وضعیت آپدیتهای، نظرات، اطلاعات تماس و حتی مکان شما را در معرض دید همگان در فیس بوک قرار دهد، حتی اگر آنها یک دوست یا حتی دوست یک دوست شما نیز نباشند. به همین خاطر است که ما آن بخش از تنظیمات را برای همگان توصیه نمی کنیم.

اگر شما یا نوجوانتان اطلاعات مربوط به دوستان دوستانش را چک می کند، به این معناست که همه دوستان دوستانش می توانند اطلاعاتش را ببینند. در حالی که شما بر اینکه دوستانتان چه کسانی هستند کنترل دارید، ولی هیچ کنترلی بر دوستان دوستانتان ندارید، که در برخی موارد می تواند به هزاران نفر هم برسد.

گزینه "فقط دوستان" یک انتخاب محدودتر است زیرا همه اطلاعات را از دوستان دوستان یا افرادی که در شبکه



مدرسه فرزندتان هستند ولی در لیست دوستان وی نمی‌باشند، معنی می‌کند، و فقط افرادی که او به عنوان دوست برگزیده است می‌توانند به این اطلاعات دسترسی یابند.

نکته ایمنی: به منظور دستیابی حفظ حریم خصوصی، ایمنی و آسایش خاطر به میزان حداکثر، توصیه می‌کنیم که نوجوانان کارشان را با تنظیمات حریم خصوصی بصورت "فقط دوستان" شروع کنند و سپس به بخش "شخصی کردن تنظیمات (Customize settings)" بروید تا حتی تنظیمات پیش‌تنظیمی برای برخی اطلاعات در نظر بگیرید.

### شخصی کردن تنظیمات حریم خصوصی

در حالی که بسیاری از کاربران درباره این تنظیمات پایه‌ای اطلاع دارند، ولی بسیاری از افراد نمی‌دانند که می‌توانند شخصی‌سازی پیش‌تنظیمی در این تنظیمات انجام دهند تا کاربران بتوانند کنترل بسیاری بر روی اینکه چه کسانی بتوانند چه مطالبی را ببینند، داشته باشند.

در قسمت پایینی صفحه "تنظیمات حریم خصوصی‌تان را انتخاب کنید (Choose Your Privacy Settings)" لینکی به بخش تنظیمات "انتخابی (Customize)" وجود دارد.

اگر روی این لینک کلیک کنید، به صفحه‌ای منتقل می‌شوید که امکانات کنترل جزئی امنیتی بسیاری در اختیارتان می‌گذارد.





[Back to Privacy](#)
[Preview My Profile](#)

Customize who can see and comment on things you share, things on your Wall and things you're tagged in.

Things I share

<b>Posts by me</b> <small>Default setting for posts, including status updates and photos</small>	Everyone
<b>Family</b>	Everyone
<b>Relationships</b>	Everyone
<b>Interested in and looking for</b>	Everyone
<b>Bio and favorite quotations</b>	Everyone
<b>Website</b>	Everyone
<b>Religious and political views</b>	Friends of Friends
<b>Birthday</b>	Friends of Friends
<b>Places I check in to</b>	Friends Only
<b>Include me in "People Here Now" after I check in</b> <small>Visible to friends and people checked in nearby (See an example)</small>	<input type="checkbox"/> Enable
<a href="#">Edit album privacy for existing photos.</a>	

بخش "چیزهایی که به اشتراک می‌گذارم (Things I share)" در تنظیمات حریم خصوصی

صفحه تنظیمات انتخابی به سه گروه تقسیم شده است؛ چیزهایی که به اشتراک می‌گذارم (Things I share)،

چیزهایی که دیگران به اشتراک می‌گذارند (Things others share) و اطلاعات تماس (Contact

Information).

در سمت راست هر آیتم در این صفحه یک کادر کشویی هست که به شما این امکان را می‌دهد تا مشخص کنید.



چه کسی به هر یک از این آیتمها دسترسی داشته باشد. به عنوان مثال، پستهای شما به طور پیش فرض توسط "همه افراد" قابل رؤیت هستند، ولی می توانید روی این کادر کلیک کنید و آن را به "دوستان دوستان"، "فقط دوستان" و "انتخابی" تغییر دهید.



گزینه های مشابهی برای هر آیتم در این صفحه وجود دارند. به بخش "چیزهایی که دیگران به اشتراک می گذارند (Things other share)" توجهی جدی داشته باشید. به عنوان مثال، به طور پیش فرض "دوستان دوستان" می تواند فرزند شما را در یک عکس با پرچسب مشخص کند یا هویت او را در پستهایی که در صفحات فیس بوکشان منتشر می کنند، معین نماید. شاید بخواهید این قابلیت را برای "فقط دوستان" محدود کنید. [ما بعداً سراغ بخش "مکانها (Places)" نیز خواهیم رفت.]



بخش "چیزهایی که دیگران به اشتراک می‌گذارند" در تنظیمات حریم خصوصی

به اطلاعات تماس (Contact information) نیز توجه داشته باشید. این قسمت به طور پیش‌فرض روی "فقط دوستان" تنظیم شده است، ولی شاید شما حتی نخواهید دوستانتان در فیس‌بوک از شماره تلفن، نشانی یا حتی ایمیلتان مطلع شوند.

دو راه برای جلوگیری از چنین چیزی وجود دارد: (1) آن را در بخش آغازین پروفایلتان جای ندهید، و (2) از تنظیمات انتخابی (Customize settings) برای اعمال محدودیت بیشتر برای کسانی که می‌توانند آن اطلاعات یا هرگونه اطلاعات دیگری را ببینند، استفاده کنید.

نکته امنیتی؛ ما توصیه نمی‌کنیم که کسی - به ویژه افراد نابالغ - نشانی منزل خود را وارد کند. همچنین احساس می‌کنیم که نوجوانان نباید شماره تلفنهایشان را وارد کنند، هرچند - به طور پیش‌فرض - این اطلاعات برای "فقط دوستان" قابل دسترسی است.

Contact information	Mobile phone	Friends Only
	Other phone	Friends Only
	Address	Friends Only
	IM screen name	Friends Only
	myemail@email.com	Friends Only



بخش "اطلاعات تماس" در تنظیمات حریم خصوصی، محدودسازی افرادی که می‌توانند اطلاعات تماس شما را ببینند، را در نظر داشته باشید.

### گزینه شخصی‌سازی

گزینه شخصی‌سازی در کادر کشویی، ابزاری بسیار قدرتمند است که شما را قادر می‌سازد تا دسترسی به اطلاعات را برای افراد خاص، "لیستها" یا "گروهها" محدود کنید یا آن را در حالت "فقط من (Only Me)" قرار دهید تا اطلاعات از دید همه بجز خودتان مخفی بماند. حتی راهی برای مخفی کردن اطلاعات از افراد یا گروههای خاص وجود دارد.

**Custom Privacy**

✓ **Make this visible to** \_\_\_\_\_

These people: Friends Only ▾

And this network: Friends of Friends

Friends Only

Specific People...

Only Me

✗ **Hide this from** \_\_\_\_\_

These people: \_\_\_\_\_

Save Setting Cancel

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

اگر روی گزینه "افراد خاص (Specific People)" کلیک کنید، کادری را خواهید دید که می‌توانید در آنجا نام افرادی را مشخص نمایید که می‌خواهید آن دسته از محتوا را با آنها به اشتراک بگذارید. فقط آنها قادر به دیدنش خواهند بود. همچنین، اگر نامهایی را در کادر "این فرم را پنهان کن (Hide this form)" تایپ کنید، می‌توانید آن افراد را از دیدن این دسته از اطلاعات باز دارید. اگر شما گزینه "فقط من" را انتخاب کنید اطلاعات را از دسترس هر کسی بجز خودتان مخفی نگه می‌دارید.

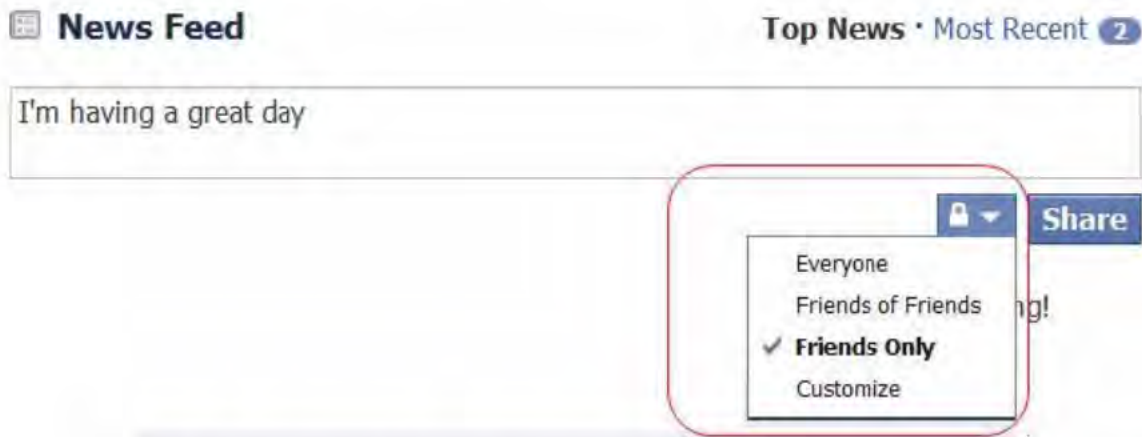
### کنترل و تعیین افرادی که می‌توانند پستهای شخصی شما را ببینند.

فیس بوک همچنین به شما این امکان را می‌دهد تعیین کنید که چه کسانی می‌توانند پستهای شخصی شما را ببینند. از اینرو، صرف نظر از تنظیمات عمومی حریم خصوصی شما یا حتی تنظیماتتان برحسب دسته بندیهای مختلف، درست پیش از ارسال هر مطلب، می‌توانید کنترل کنید که چه کسی اجازه داشته باشد تا هر آپدیتی مربوط به وضعیت، عکس، ویدئو یا هر چیز دیگری که منتشر می‌کنید را ببیند.

به عنوان مثال، اگر وضعیت "مطلب خبری (News Feed)" خود را آپدیت می‌کنید، ابتدا آنچه می‌خواهید بگویید را تایپ کنید، سپس - پیش از آنکه روی لینک "به اشتراک گذاری (Share)" کلیک کنید - روی قفل کوچکی که در سمت چپ به اشتراک گذاری (Share) است، کلیک کنید تا کادر کشویی آشنایی ظاهر شود که به شما اجازه می‌دهد تا در مورد اینکه چه کسی آن محتوای خاص را ببیند، تصمیم گیری کنید. تا لحظه نگارش این



مطلب، فیس بوک در حال آزمودن راهپایی برای آسانتر پیدا شدن این قابلیت بود، از اینرو ممکن است در محل مربوطه چیزی ببینید که اندکی از آنچه در تصویر پایین آمده متفاوت باشد.



شما می‌توانید کسانی را که امکان دیدن هر پست، عکس یا ویدئوی شخصی را دارند، کنترل کنید.

### ایجاد و استفاده از لیستها

یکی از قدرتمندترین قابلیت‌های فیس بوک امکان ایجاد لیست مشخصی از دوستان فیس بوکی است. هرگاه یک لیست را ایجاد کردید، قادر خواهید بود اطلاعات را فقط به مقصد افرادی که در آن لیست هستند (و عملاً یک "لیست سفید" به شمار می‌رود) ارسال کنید. همچنین شما می‌توانید افراد را در یک لیست مسدود کنید. به عنوان مثال، شما می‌توانید فقط لیستی از دوستان نزدیک و بستگانتان داشته باشید. می‌توانید لیست دیگری از افرادی را که به رویدادی دعوت می‌کنید، داشته باشید تا فقط افرادی که در آن لیست هستند بتوانند عکسهای آن رویداد را دریافت کنند (و آنهايي که دعوت نشده‌اند احساس نادیده گرفته شدن نخواهند کرد).



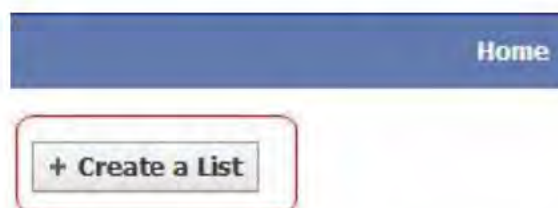
## ایجاد یک لیست

1. با کلیک روی گزینه "دوستان (Friends)" در ستون سمت چپ صفحه اصلی و زیر تصویرتان به "صفحه دوستانتان" بروید.

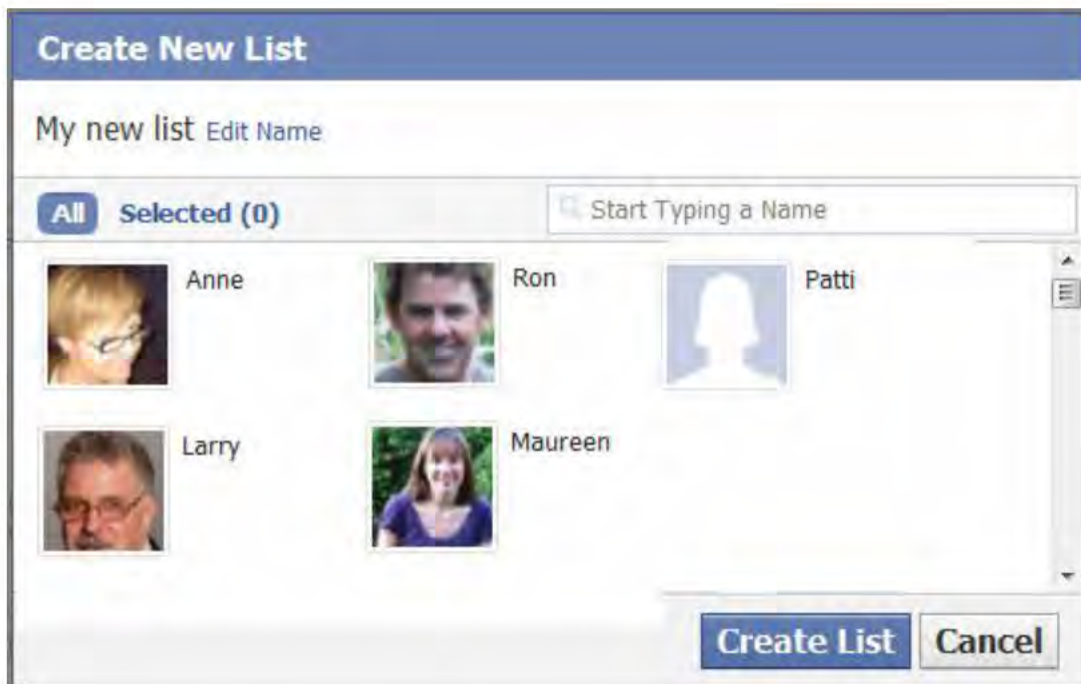
2. در ستون میانی (درست زیر میله وضعیت آبی رنگ)، دکمه‌ای با نام ویرایش دوستان (Edit Friends) خواهید دید. روی آن دکمه کلیک کنید.



3. روی گزینه "+ Creat a List" + "ایجاد یک لیست" که درست در زیر میله وضعیت آبی قرار دارد، کلیک کنید.



4. نامی برای لیست انتخاب کنید و نام افرادی که می‌خواهید در آن لیست باشند را تایپ نموده، و سپس وقتی کار تمام شد روی دکمه ایجاد لیست (Creat List) کلیک کنید.



حالا، وقتی محتوا را تایپ کردید می‌توانید روی شخصی‌سازی (Customize) کلیک نموده، نامها را در لیست تایپ کنید. همچنین شما می‌توانید به تنظیمات خصوصی‌تان رفته، برای هر دسته روی عبارت شخصی‌سازی (Customize) کلیک کنید و در آن لیست نام افراد مورد نظر خود را تایپ نمایید تا امکان دسترسی را تنها به افرادی که در آن لیست هستند، محدود کنید. شما بعداً می‌توانید افراد را به لیست خود بیافزایید یا از آن حذف کنید.





### استفاده از قابلیت "گروهها" (Groups)

گزینه دیگر ایجاد یک گروه است. یک "گروه فیس بوک" ماهیتی متفاوت از یک لیست دارد، چرا که یک گروه، از شبکه اصلی فیس بوک مجزا است. وقتی شما یک گروه ایجاد می کنید، مدیر آن می شوید، و می توانید آپدیت های وضعیت، عکسها، ویدئوها و هرگونه محتوا را فقط به افراد آن گروه محدود کنید. گروهها می توانند هرگونه زیرمجموعه ای از دوستان فیس بوکی شما همچون اعضای خانواده، یک باشگاه ورزشی، هم مدرسه ایها یا هرگونه گروهی که مایل باشید را شامل شوند.

نکته امنیتی؛ این نکته را به خاطر بسپارید که هر کدام از اعضای یک گروه می تواند اعضای دیگری را اضافه کند، که به این ترتیب عضویت می تواند خیلی سریع از کنترل خارج شود. مدیر گروه همیشه می تواند اعضا را حذف کند، ولی در صورتی که عضویت به شکل ویروسی گسترش یابد چنین کاری سخت می شود و در چنین حالتی حفظ کنترل اطلاعاتی که در گروه به اشتراک گذاشته می شوند مشکل می گردد.

یک تفاوت بین گروهها و لیستها آن است که هر یک از اعضای یک گروه می تواند افرادی را به عضویت در آورد. همه اعضا می توانند نام همه اعضای دیگر را ببینند ولی از آنجا که هر عضوی می تواند عضو دیگری را بیافزاید، ممکن است افرادی که نباید در گروه باشند، توسط یک عضو دیگر به آن اضافه شوند. به عنوان مثال، اگر شما گروهی دارید که از افراد تیم فوتبالتان تشکیل شده است، هیچ راهی برای جلوگیری از اینکه یکی از اعضا، فرد دیگری را که در تیم نیست به گروه بیافزاید در اختیار ندارید، و سپس آن عضو می تواند افراد دیگری را نیز



اضافه کند. تنها راه پیشگیری از چنین موردی برای مدیر، مراقبت مداوم از لیست عضویت است. تنها مدیران گروهها می توانند اقدام به کنار گذاشتن اعضا کنند.

نکته مهم دیگر درباره گروهها این است که ممکن است افرادی به یک گروه افزوده شوند که در لیست دوستان شما نیستند و هر آنچه در آن گروه منتشر می کنید توسط همه اعضا، از جمله افرادی که دوستان فیس بوکی شما نیستند، قابل رؤیت می باشد.

نکته اعتباری؛ آشنایی با موضوعات گروهها (یا نوع اطلاعات به اشتراک گذاشته شده و مناسب بودن یا نبودنش برای کودکان) بسیار اهمیت دارد، زیرا همانطور که به طور مختصر خواهید دید -

حتی نام و عضویت "گروههای بسته شده" می تواند اطلاعاتی علنی باشد. کاربران مایل خواهند بود تا درباره چگونگی واکنش اعضا گروهشان نسبت به آنها فکر کنند.

### تشکیل یک گروه

ساده ترین راه برای عضویت در فیسبوک رفتن به سایت <http://www.facebook.com/groups/> و سپس کلیک روی عبارت "ایجاد گروه (Creat Group)" است.

نامی برای گروه انتخاب نموده و اسم اعضای اولیه را تایپ کنید. شما همیشه این امکان را خواهید داشت که بعداً اعضا را اضافه کنید، و همچنین می‌توانید نام گروه را تغییر دهید.

تصمیم بگیرید که آیا "گروه" باید "باز (Open)"، "بسته (Closed)" یا "محرمانه (Secret)" باشد.

- وضعیت "بسته" (که حالت پیش فرض) است به این معناست که لیست عضویت علنی است ولی محتوا خصوصی می‌باشد (قابل دسترسی فقط برای اعضا). همچنین وقتی شما "گروه" را ایجاد می‌کنید و افراد را می‌افزایید، آن اطلاعات در "مطلب خبری" شما به نمایش در می‌آید، به همین خاطر گرچه دیگران نمی‌توانند بدون دعوتنامه به گروهی پیوندند، ولی می‌توانند از وجود داشتن آن گروه و اینکه چه کسانی در آن هستند مطلع شوند (و شاید احساس کنند که از قلم افتاده‌اند).



- وضعیت "پاژ" به این معناست که هم محتوا و هم عضویت گروه علنی هستند.
  - وضعیت "محرمانه"، که خصوصی ترین حالت است، هم نام اعضا و هم محتوای گروه را مخفی می‌سازد.
- نکته ایمنی، حریم خصوصی و اعتباری؛ قویاً توصیه می‌کنیم که افراد جوان گروهشان را در حالت محرمانه نگه دارند. آنها با این وجود هم می‌توانند دوستانشان را دعوت کنند، و اعضا نیز می‌توانند دوستان دیگر را به گروه اضافه کنند، ولی این کار به حریم خصوصی بهتر و احتمالاً سوء استفاده‌های کمتر از چنانچه همسالانشان کمک می‌کند زیرا چنین گروهی و اعضایش در جستجوی فیس بوک یا در "مطلب خبری" دیگران به نمایش در نخواهد آمد.

لیست گروههایی که شما در آنها هستید (صرف نظر از اینکه چه کسی آنها را ایجاد کرده است) در ستون سمت چپ صفحه خانگی تان فهرست شده است.

Group Name	Member Count
Messages	776
Events	25
Friends	20
Facebook Safety...	1
My Football team ...	1
Tech Leaders and...	30
More -	



گروه‌های فیس‌بوکی شما در صفحه خانگی شما فهرست می‌شوند.

### چگونگی مشاهده اعضا گروه خود

شما همواره می‌توانید مشاهده کنید که در هر گروهی که عضو هستید چه افرادی ثبت نام کرده‌اند. برای این کار بر روی اسم گروه مورد نظر در ستون سمت چپ صفحه خانگی کلیک کنید. بعد از کلیک کردن بر روی آن گروه، روی گزینه مشاهده همه افراد (See All) کلیک کرده تا فهرست کامل تمام اعضای گروه را ببینید. در این جا همچنین می‌توانید افراد دیگری را عضو کرده و یا گروه را ترک کنید. مدیران در گروه می‌توانند اعضای آن گروه را حذف نمایند.

### کنترل برنامه‌های کاربردی فیس بوک

سایت فیس بوک محل بسیاری از برنامه‌های کاربردی و تعداد کمی برنامه‌های نرم افزاری است که در داخل این سرویس کار می‌کنند. این برنامه‌های کاربردی می‌توانند شامل انواع بازیها، خدمات اطلاع رسانی (خبر رسانی)، آزمون‌ها و تقریباً هر چیزی دیگری باشند که می‌تواند بر روی یک کامپیوتر برنامه ریزی شوند. دانستن این مورد اهمیت دارد که توسعه دهندگان برنامه‌های کاربردی در مواقعی می‌توانند به داده‌های شما در فیس بوک دسترسی داشته باشند و بعضی از بازیها وجود دارند که می‌توانند برخی از آن اطلاعات را با دوستان شما یا افراد دیگری که این بازی‌ها را انجام می‌دهند، به اشتراک گذارند. اما همانند جنبه‌های دیگر فیس بوک شما باید بر روی اینکه آنها به چه اطلاعاتی می‌توانند دسترسی داشته باشند، کنترل داشته باشید.



می توانید به صفحه تنظیمات نرم افزارها، بازیها و صفحات وب از طریق کلیک بر روی قسمت ویرایش تنظیمات خود که دقیقاً در پایین بخش برنامه های اجرایی و سایت های اینترنتی در پایین صفحه تنظیمات حریم خصوصی قرار دارد، وارد شوید. در این مرحله شما صفحه ای را مشاهده خواهید کرد که به شما اجازه می دهد تمام تنظیمات لازم برای برنامه های کاربردی، بازی و شبکه های اینترنتی (وب سایتها) را مطابق کاربرد آنها برای هر فرد، تنظیم نمایید.

### Choose Your Privacy Settings ▶ Applications, Games and Websites

← Back to Privacy

#### Applications you use

You're using 45 applications, games and websites, most recently:



Remove unwanted or spammy applications.

Turn off all platform applications.

#### Info accessible through your friends

Control what information is available to applications and websites when your friends use them.

Edit Settings

#### Game and application activity

Who can see your recent games and application activity.

Friends Only

#### Instant personalization

Lets you see relevant information about your friends the moment you arrive on select partner websites.

Edit Settings

#### Public search

Show a preview of your Facebook profile when people look for you using a search engine.

Edit Settings

به عنوان مثال؛ شما می توانید تنظیم کنید در هنگامی که دوستانتان از برنامه های کاربردی استفاده می کنند،



چه اطلاعاتی در مورد آنها در دسترس است. فیس بوک بیان می‌کند: «هر چه شما اطلاعات بیشتری را به اشتراک بگذارید، تجربه اجتماعی بیشتری خواهید داشت». اما طرف دیگر آن، این است که هر چه شما بیشتر به اشتراک بگذارید، شما اطلاعات بیشتری را در مورد خودتان به دیگران می‌دهید. ایده خوبی است تا در مورد اینکه تمایل دارید چه اطلاعاتی را می‌فرزندان شما به اشتراک بگذارند، فکر کنید و مطمئن شوید که آنها بر طبق آن، داده‌های خود را محدود می‌کنند.

### Info accessible through your friends

Use the settings below to control which of your information is available to applications, games and websites when your friends use them. The more info you share, the more social the experience.

<input checked="" type="checkbox"/> Bio	<input checked="" type="checkbox"/> My videos
<input checked="" type="checkbox"/> Birthday	<input checked="" type="checkbox"/> My links
<input type="checkbox"/> Family and relationships	<input checked="" type="checkbox"/> My notes
<input type="checkbox"/> Interested in and looking for	<input type="checkbox"/> Photos and videos I'm tagged in
<input type="checkbox"/> Religious and political views	<input checked="" type="checkbox"/> Hometown
<input checked="" type="checkbox"/> My website	<input checked="" type="checkbox"/> Current city
<input checked="" type="checkbox"/> If I'm online	<input checked="" type="checkbox"/> Education and work
<input checked="" type="checkbox"/> My status updates	<input checked="" type="checkbox"/> Activities, interests, things I like
<input type="checkbox"/> My photos	<input checked="" type="checkbox"/> Places I check in to

Your name, profile picture, gender, networks and user ID (along with any other information you've set to everyone) is available to friends' applications unless you turn off platform applications and websites.

Save Changes
Cancel

انواع اطلاعاتی که شما می‌توانید اجازه دهید یا اجازه ندهید که در هنگام استفاده دوستانتان از برنامه‌ها، بازیها و وب سایت‌ها به اشتراک گذاشته شوند، (تصویر بالا)

## محدود کردن برنامه‌های کاربردی شخصی

همچنین شما می‌توانید برنامه‌های کاربردی انفرادی را کنترل کنید. به ناحیه کنترل بازی، برنامه و سایت‌های اینترنتی باز گردید. بر روی ویرایش تنظیمات، که در سمت راست بر روی سنجش نرم‌افزاری که شما استفاده می‌کنید قرار دارد، کلیک کنید.

این کار صفحه‌ای را به ما نشان می‌دهد که فهرست تمامی برنامه‌های کاربردی شما در آن قرار دارد و در کنار هر یک از آنها پیوسته دیگری از ویرایش تنظیمات قرار دارد. بر روی هر یک از آنها کلیک کنید. در نتیجه شما صفحه دیگری دریافت خواهید کرد که دقیقاً به شما می‌گوید آن نرم‌افزار کاربردی به کدام اطلاعات می‌تواند دسترسی داشته باشد. اکثر اطلاعاتی که تایپ می‌شود، نسبتاً لازم هستند. بنابراین اگر شما با هر یک از آنها راحت نیستید می‌توانید آن مورد را با کلیک بر روی حذف نرم‌افزار کاربردی در نزدیکی بالای جعبه آن، کاملاً حذف کنید.

هر چند ممکن است تعدادی گزینه مانند گزینه "به صفحه من ارسال کن" در مثال زیر وجود داشته باشند. در این حالت شما می‌توانید این برنامه را نگه دارید ولی اجازه عملکردهای خاصی را با کلیک بر روی دکمه حذف در کنار گزینه به صفحه من ارسال کن، از آن خارج کنید.

اگر شما بر روی دکمه "حذف شود" کلیک کنید، این برنامه کاربردی به کار خود ادامه خواهد داد ولی از این پس دیگر به صفحه (نمایه) شما ارسال نخواهد شد.





**TweetDeck** Last logged in: More than 6 months ago Remove application

This application can:

	<b>Access my basic information</b> Includes name, profile picture, gender, networks, user ID, list of friends, and any other information I've shared with everyone.	Required
	<b>Access my profile information</b> Likes, Music, TV, Movies, Books, Quotes, About Me, Activities...See More	Required
	<b>Online Presence</b>	Required
	<b>Access my family &amp; relationships</b> Significant Other and Relationship Details and Family Members and Relationship Status	Required
	<b>Access my photos and videos</b> Photos Uploaded by Me, Videos Uploaded by Me and Photos and Videos of Me	Required
	<b>Access my friends' information</b> Birthdays, Religious and Political Views, Family Members and...See More	Required
	<b>Post to my Wall</b> TweetDeck may post status messages, notes, photos, and videos to my Wall	<input type="button" value="Remove"/>

فیس بوک به شما اجازه می دهد تا کنترل کنید که برنامه های فردی به چه اطلاعاتی می توانند دسترسی داشته و ارسال کنند.

### مکان های فیس بوک: به اشتراک گذاری مکان یابی فیس بوکی

مکان های فیس بوک (Facebook's Places) سرویسی است که از سیستم خدمات مکان یابی استفاده می کند که در برخی از تلفن های همراه ایجاد شده است تا مکان شما را در یک محل خاص مشخص کند. این امکان مکان یابی در تمام کشورها و در همه انواع گوشی های موبایل در دسترس نیستند. آن در جاهایی در دسترس است که از مزایای GPS و سایر فن آوری های مکان یابی موجود در گوشی های موبایل استفاده می شود تا به صورت خودکار محلی را که شما هستید، نشان دهد.



فیس بوک اشتراک گذاری مکان را برای گوشی های آی فون که در اینجا نشان داده شده است و سایر گوشی های هوشمند فراهم می کند. بنابراین با نوجوانان خود صحبت کنید که در صورتی که می باید مکان فیزیکی خود را با موبایل به اشتراک بگذارند، اگر این کار را انجام می دهند؛ محل خود را تنها با افرادی که به آنها اعتماد دارند، به اشتراک بگذارند.

**مکان یابی کاملا خود کار نیست**

اولین چیزی که بایستی در خصوص قابلیت مکان های فیس بوک باید بدانید، این است که آنها هنوز به صورت تمام خود کار نیستند، شما باید مکان خودتان را در فهرست آماده فیس بوک وارد کنید و یا توسط فرد دیگری معرفی شوید.



### غیر فعال کردن قابلیت مکان‌ها در فیس بوک

حتی اگر شما از قابلیت مکان‌های فیس بوک استفاده نمی‌کنید، این امکان وجود دارد که دیگران بتوانند شما را به یک محل اضافه کنند، حتی اگر شما تنها یک مرتبه از این امکان استفاده کنید، این احتمال وجود دارد که یکی از دوستانتان شما را به یک مکان وارد کند.

بهترین راه برای جلوگیری از هر دو مورد اضافه شدن یا وارد شدن به یک محل توسط دیگران این است که ( Friends can check me in to Places عبارت "دوستان می‌توانند من را در قسمت مکان‌ها وارد کنند" ) غیر فعال نمایند.

برای انجام این کار در قسمت تنظیمات حریم خصوصی خود در بخش "چیزهایی که دیگران به اشتراک می‌گذارند به این ترتیب عمل کنید. بر روی لینک ویرایش تنظیمات که در سمت راست "دوستان می‌توانند من را به مکان‌ها وارد کنند" قرار دارد، کلیک نمایید و مطمئن شوید که غیر فعال است.

**Places: Friend Tags**

---

**Friends can check me in to Places** Disabled ▾

Enabled

Disabled

You're in control of your location on Facebook:

- Facebook will never share or expose your location automatically
- Only friends can tag you and check you in to a place
- We'll notify you when a friend has tagged you
- As with photos, you can remove a friend's tag at any time

Learn more Okay

شما می‌توانید توانایی دوستانتان را در وارد کردن یا اضافه کردن شما به یک مکان غیر فعال کنید.



**نکته امنیتی:** از آنجایی که مکان فیزیکی یک مساله حساس و ویژه است؛ حتی اگر شما دارای تنظیمات خصوصی بیشتری از نظر ارسال و سایر اطلاعات باشید. فیس بوک به صورت پیش فرض، تنها محل شما را به افرادی که به عنوان دوستان شما تعیین شده اند، نشان می دهد. این یک راه سنجش ایمن و یاری دهنده برای کنترل نوجوانان است، اما ما پیشنهاد می کنیم که کودکان زیر 16 سال بخش مکان ها را غیر فعال نمایند.

مقررات ویژه برای افراد زیر سن قانونی (زیر 18 سال)

اگر یک کاربر فیس بوک به عنوان فرد زیر 18 سال ثبت نام کند و عضو شود محدودیت های زیر اعمال می شود:

- تنها دوستان او مشاهده خواهند کرد که کودک به محل وارد شده است. حتی گزینه ای برای گسترش محل او فراتر از دوستانش وجود ندارد.
- نام کودک در صفحه "Here now" مربوط به زمان تاسیس یک گروه، توسط هیچ کس دیگری غیر از دوستانش دیده نخواهد شد.

**نکته ایمنی:** این مورد اهمیت دارد که بدانید، هنگامی که شما از سرویس اماکن استفاده می کنید و با شرایط آن موافق هستید، هر یک از دوستان شما در فیس بوک می توانند شما را به یک مکان وارد کنید. این مورد نشان می دهد؛ فقط در صورتی که شما خودتان قبلا وارد شده بوده باشید؛ می توانید در آنجا قرار گیرید. اما شما می توانید با ویرایش تنظیمات پیش فرض "دوستان مرا به مکان ها وارد کنند" در قسمت "چیزهایی که دیگران به اشتراک می گذارند، واقع در بخشی از سفارشی کردن تنظیمات فیس بوک خود، از این عمل جلوگیری نمایید.



## وارد شدن در فهرست مکان‌ها یا پرچسب گذاری

اگر شما توسط یکی از دوستانتان وارد شوید، حضور شما در آن محل توسط دوستانتان و افرادی که اجازه وارد شدن به شما می دهند که بتوانید مطالب ارسالی آنها را ببینید، دیده می شوید. که البته این حالت به تنظیمات خصوصی خود آنها بستگی دارد. تفاوت بین وارد شدن یا پرچسب گذاری شدن می تواند گیج کننده باشد. اگر شما توسط خودتان یا یکی از دوستانتان وارد شوید، حضور شما در آن محل برای همه افراد به تنظیمات حریم خصوصی شما و دوستانتان بستگی دارد. برای بزرگسالان، نام شما در صفحه مکان های جایگاه مورد نظر، نشان داده خواهد شد و توسط هر کس قابل رویت است. برای افراد زیر سن قانونی که وارد شده اند نیز در آن صفحه نشان داده خواهد شد، ولی نام آنها تنها برای دوستانشان در فیس بوک قابل رویت خواهد بود. اگر شما توسط یک دوست پرچسب گذاری شوید، حضور شما در آن محل توسط دوستانتان و کسانی که آنها اجازه می دهند مطالب ارسالیشان را مشاهده کنند، دیده می شود. که این حالت تابع تنظیمات خصوصی آنها (نه شما) می باشد.

## نکات امنیتی و حریم خصوصی:

تنها راهی که شما می توانید از وارد شدن یا پرچسب گذاری شدن در مکانها جلوگیری کنید این است که به صفحه تنظیمات خصوصی خود رفته و گزینه "دوستان می توانند مرا به محل ها اضافه کنند" را غیر فعال نمایید.

Include me in "People Here Now" after I check in  
Visible to friends and people checked in nearby (See an example)

Enable



برای جلوگیری از اینکه توسط دیگران قابل رویت باشید، می توانید "صفحه مکان های مردمی که هم اکنون در اینجا حاضر هستند" را غیر فعال کنید.

### تنظیمات اضافی مربوط به پیکربندی قابلیت مکان ها

جهت نظارت و کنترل بر اینکه چه کسانی می توانند وارد شدن شما را مشاهده کنند، بر روی قسمت حساب کاربری در گوشه بالا سمت راست و سپس بر روی تنظیمات حریم خصوصی کلیک نمایید. سپس تنظیمات سفارشی را انتخاب کنید.

در سمت راست قسمتی که عبارت "محل هایی که من وارد می شوم" قرار دارد؛ احتمالاً به صورت پیش فرض فقط برای دوستان تنظیم شده است. شما می توانید با انتخاب گزینه دیگر، آن را تغییر دهید. یکی از این گزینه ها سفارشی کردن است که به شما امکان می دهد محدودیت های پیشتری برای دیدن محل شما تنها توسط افراد خاص، همه افراد و یا حتی برای من اعمال نمایید. شما همچنین می توانید از میان افرادی که در حال حاضر اینجا هستند؛ با برداشتن علامت تایید از عبارت فعال کردن، انتخاب کنید (این حالت به کسب و کارهای تجاری اجازه می دهد که نشان دهند در آن زمان چه کسانی در محل کار آنها هستند).

## گزارش مشکلات

راه های متعدد برای گزارش مشکلات و سوء استفاده ها در فیس بوک وجود دارد، که به اینکه آیا این بخش خاصی از یک مطالب (مانند عکس) و یا رفتار کاربر است، بستگی دارد.

نکته ایمنی؛ اگر فکر می کنید که خودتان یا فردی که به صورت آن لاین (در اینترنت) با او آشنا شدید، در معرض خطری قریب الوقوع از جانب شخصی یا چیز دیگری قرار دارد، به گونه ای که امکان آسیب دیدن وجود دارد، فوراً با مقامات مسئول تماس حاصل نمایید. به عنوان مثال، در ایالات متحده آمریکا، شما می توانید با شماره 911 تماس بگیرید.

اگر آن کار، عملی باشد که یک کاربر انجام میدهد و شما فکر می کنید خطرناک است، بر روی صفحه هر عضو فیس بوک، با رفتن به صفحه آنها و در گوشه پایین سمت چپ و کلیک بر روی "این فرد را گزارش یا مسدود کن" یک گزارش محرمانه ایجاد کنید. آن فرم میتواند گزارش یک عکس نامناسب برای صفحه مشخصات فرد، ارائه مشخصات جعلی (که شخص خود را نادرست معرفی کرده)، اطلاعات نامناسب یا توهین آمیز بر روی صفحه مشخصات یا تماس های ناخواسته از طرف آن شخص، باشد.

[Suggest Friends](#)

[Remove from Friends](#)

[Report/Block this Person](#)

[Share](#)



سپس شما دلیل اینکه چرا در حال حاضر در حال مسدود کردن یا گزارش دادن این شخص هستید و یا مسدود کرده اید، بیان می کنید (به تصویر زیر نگاه کنید).

### Report and/or Block This Person

**All reports are strictly confidential.** This appears to be:

- Inappropriate profile photo
- Fake profile
- Inappropriate profile info
- Unwanted contact
- Block this person

Is this your intellectual property?

اگر شما می خواهید هم فرد را گزارش دهید و هم مسدود کنید، بر روی چعبه بررسی در کنار قسمت "این فرد را مسدود کن" کلیک کنید.

همچنین شما می توانید متن یا محتوای خاصی را گزارش کنید. برای مثال، اگر شما یک تصویر کوچک از عکس را در صفحه فردی مشاهده کنید، می توانید بر روی عکس آن کلیک کنید، که درست قبل از آن، یک گزینه ای برای گزارش این عکس وجود دارد.





From the album:  
Profile Pictures by Will

Share

Tag This Photo

Report This Photo



از آلبوم:  
Rezanar از isfahan Photos

بارگذاری شده از:  
Aperture Uploader

اشتراک گذاری

به این عکس برجستب بزنید

این عکس را گزارش کنید

سپس شما می توانید یک علامت تایید در کنار آن گزینه قرار دهید که به بهترین نحو بیان می کند چرا شما به آن عکس اعتراض دارید.



### Report This Photo

**All reports are strictly confidential.** This appears to be:

- Spam or scam
- Nudity or pornography
- Graphic violence
- Attacks individual or group
- Hate symbol
- Illegal drug use

Is this your intellectual property?

و شما همچنین می توانید پیام هایی را که فکر می کنید، نقص سیاست های فیس بوک است گزارش دهید. برای این کار بر روی گزینه "گزارش کنید" در سمت راست نام شخصی که این پیام را ارسال کرده است، کلیک نمایید.

**John** October 25 at 10:11pm Report  
Hi Larry,

شما همچنین می توانید پیام های توهین آمیز را نیز گزارش کنید. همانند گزارش عکس ها، از شما خواسته می شود که دلیل گزارش خود را مشخص کنید و شما همچنین اختیار مسدود کردن این فرد را دارید.

## راهنمای استفاده از فیس بوک برای والدین

تمامی گزارشات مربوط به سوء استفاده در فیس بوک محرمانه است، بنابراین فردی را که شما گزارش می کنید نخواهد فهمید که شخص شما آنها را اطلاع داده و معرفی کرده اید. فیس بوک بررسی و تعیین خواهد کرد که آیا محتوای این متن را حذف کند، و یا در موردی که تخلفات تکرار شود، آن فرد را از سایت تحریم کند یا خیر. فیس بوک اظهار می کند که در صورت عدم تخلف از تذکرات آن از حقوق و مسئولیت ها، در نتیجه، هیچ گونه عمل یا برخوردی انجام نخواهد شد.

### جلوگیری از خودکشی و سایر خودآزاری ها

از آجایی که فیس بوک بازتابی از زندگی خود افراد است، گاهی اوقات جوانان از این خدمات جهت دریافت کمک و یا بیان و بروز خودشان از راههایی استفاده می کنند که نشان می دهد آنها یک مشکل جدی دارند. از جمله این موارد شامل اختلالات در غذا خوردن، سوء مصرف مواد مخدر یا الکل یا حتی افکار مرتبط با خودکشی می باشد. (در این سایت فهرستی از علائم هشدار دهنده مربوط به خودکشی عنوان شده است؛

<http://www.suicidepreventionlifeline.org/GetHelp/SuicideWarningSigns.aspx>

اگر شما به کسی مشکوک شدید که احتمال دارد به خودش ضرر و آسیبی وارد کند، فوراً با بخش اجرای قانون محلی تماس بگیرید. شما همچنین می توانید با خط تلفن کمک های ضروری تماس بگیرید. به عنوان مثال، در ایالات متحده آمریکا، شما می توانید با خط تلفن 8002735255 با سازمان ملی پیشگیری از حوادث خودکشی تماس بگیرید. این موسسه به صورت رایگان خدمات پشتیبانی 24 ساعته و در هفت روز هفته ارائه می دهد. شما می توانید اطلاعات مربوط به خطوط جلوگیری از خودکشی در سایر کشورها را در سایت زیر پیدا کنید.



<http://www.befrienders.org/>

اگر شما در صفحه شخصی فردی چیز مشکوکی مشاهده کردید که نشان می دهد او درگیر فعالیت های خطرناکی است، ببینید که آیا می توانید راههای مناسب برای رهایی او پیدا کنید. تقریباً در هر کشوری سازمان هایی وجود دارند که در مورد کمک برای طیف گسترده ای از رفتارهای مخاطره آمیز یا خودآزاری اطلاعاتی را ارائه می دهند.

سایت فیس بوک یک صفحه کمک رسانی در مورد خودکشی دارد که از طریق آن با جایی که شما می توانید مطالب مرتبط با خودکشی را به سایت گزارش دهید، ارتباط برقرار کنید. شما می توانید این سایت را از طریق جستجو در مورد خودکشی در بخش راهنما یا از طریق رفتن مستقیم به سایت زیر پیدا کنید:

<http://www.facebook.com/help?faq=15538>

### نتیجه گیری

با این توضیحات و مطالب ارائه شده، این مطلب تصریح شده است که فیس بوک یک سایت شبکه بندی اجتماعی غول پیکر است که مجموعه ای از خدمات و قابلیت های گسترده و متنوعی را ارائه می دهد. این سایت همچنین مکان و پایگاهی برای انعکاس افکار، فعالیت ها، خلاقیت ها و یادگیری بخش گسترده ای از جامعه بشری امروز می باشد.

چگونگی و نحوه استفاده مردم از این سایت، کاملاً فردی بوده و مثبت نگهداشتن تعامل و تجارب آنها در این سایت، تا حد بسیار زیادی به این بستگی دارد که آنها چگونه از این سایت استفاده کرده و با دیگران ارتباط برقرار می کنند. این وضعیت، هم برای کاربران جوان فیس بوک و هم برای کاربرانی که در آن بزرگ شده اند، صادق است.

از آنجایی که استفاده از فیس بوک بر اساس نام و هویت واقعی افراد می باشد، از این رو به طور مستقیم با زندگی واقعی گره خورده است. در مورد افراد جوان می توان گفت که این مساله عمدتاً با دوران تحصیلی و روابط آنها مرتبط می شود. بنابراین همانند زندگی واقعی (غیرمجازی)، کودکان نیز به کمک والدینشان نیاز دارند تا دوران نوجوانی خود و مواجهه شدن با این سایت شبکه پندی اجتماعی را به خوبی پشت سر بگذارند. شما باید به آنها کمک کنید تا موارد زیر را به خوبی دریابند:

- اندیشیدن و تعمق در خصوص آنچه که بیان کرده، به اشتراک گذاشته و بارگذاری می کنند (همانند مطالبی که توسط گوشی های تلفن همراه ارسال می شود)، برای بدست آوردن و حفظ یک وضعیت و زندگی مجازی (آنلاین) خوب برای خودشان مفید خواهد بود.
- چقدر هوشمندانه است که آنها خودشان را در سایت به صورت مثبتی نشان دهند.
- همانند اجتماعات غیرمجازی و حقیقی، در صورتی که با دیگران روابط و تعامل خوب و سازنده ای داشته باشند، آنگاه تجارب آنلاین آنها در سایت بسیار بهتر خواهد بود.

ما امیدواریم این راهنما به شما پدران و مادران کمک کند تا استفاده مثبت و سازنده فرزندان خود، از این بخش بسیار محبوب و پرطرفدار زندگی شان، که همان فیس بوک است، را مورد پشتیبانی خود قرار دهید و حمایت کنید.