

បណ្តាញអ៊ីនធឺណែតជាប្រភពព័ត៌មាន គួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍ និងជាពិភពកំសាន្ត ដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដែលមិនអាចមើលឃើញផងដែរ។ គន្លឹះទាំងនេះនឹងជួយការពារអ្នកឱ្យមានសុវត្ថិភាព ពេលដែលអ្នកស្រាវជ្រាវ និងរីករាយជាមួយភាពសម្បូរបែប នៃពិភពអ៊ីនធឺណែត។

តែងតែ

- ✓ ប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះមនុស្សដែលអ្នកធ្វើប្រកាសរបស់អ្នកទៅ ព្រោះមនុស្សមួយចំនួនអាចប្រហែលជាប្រើវាដោយមិនបានត្រឹមត្រូវ និងដោយមានការឈឺចាប់។
- ✓ ប្រាប់ឪពុកម្តាយរបស់អ្នកឬក៏មនុស្សពេញវ័យណាម្នាក់ ដែលអ្នកទុកចិត្ត ប្រសិនបើអ្នកឃើញព័ត៌មានដែលធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍មិនល្អ។
- ✓ ត្រួតពិនិត្យជាមួយឪពុកម្តាយ ឬក៏ជាគ្រូបង្រៀនរបស់អ្នក មុនពេលអ្នកទាញយក ឬតំឡើងកម្មវិធី ឬធ្វើអ្វីដែលអាចប៉ះពាល់ដល់កុំព្យូទ័រអ្នក ឬបំផ្លាញដល់ភាពឯកជនរបស់គ្រួសារអ្នក។
- ✓ រក្សាប្រវត្តិរបស់សង្ខេបនៃសមាជិកភាពរបស់អ្នកជាសម្ងាត់ នៅពេលអ្នកបង្កើតគណនេយ្យប្រើប្រាស់ Instant Message ក្នុងបណ្តាញសង្គម។
- ✓ ធ្វើខ្លួនជាប្រជាជនល្អ ហើយមិនត្រូវធ្វើអ្វីដែលបង្កឱ្យឈឺចាប់ដល់មនុស្សដទៃឬក៏ប្រឆាំងនឹងច្បាប់នោះឡើយ។
- ✓ ជួយឪពុកម្តាយអ្នក ឱ្យយល់ពីវិធីទទួលបានភាពរីករាយ និងរៀនរៀនវាវតាមបណ្តាញអនឡាញ ហើយពន្យល់រាល់បញ្ហាដល់ពួកគេពីកុំព្យូទ័រ បណ្តាញអ៊ីនធឺណែត និងបច្ចេកវិទ្យាផ្សេងៗ។
- ✓ ហាមឃាត់នរណាដែលអ្នកលែងចង់និយាយជាមួយ។ បើសិនអ្នកមិនដឹងពីវិធី សូមសួរទៅកាន់គ្រូ ឪពុកម្តាយ មិត្តភក្តិដែលអ្នកទុកចិត្ត។
- ✓ គោរពច្បាប់គ្រួសារ។



<http://meero.worldvision.org>

សូមប្រកបដោយសុវត្ថិភាព នៅតាមបណ្តាញអនឡាញ

គន្លឹះដើម្បីរក្សាសុវត្ថិភាពលើអ៊ីនធឺណែត និងទូរស័ព្ទដៃរបស់អ្នក។





មិនត្រូវ

- ✘ ផ្តល់ព័ត៌មានផ្ទាល់ខ្លួន ដូចជាលេខទូរស័ព្ទ អាសយដ្ឋាន សាលា ផ្ទះ និងទីកន្លែងការងាររបស់ឪពុកម្តាយអ្នក ឬអ្វីដែលផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ពេលអ្នកចុះឈ្មោះចូលមើលវេបសាយណាមួយ។
- ✘ យល់ព្រមទៅជាមួយនរណាម្នាក់ដែលអ្នកបានជួបតាមអនឡាញ ដោយគ្មានការត្រួតពិនិត្យពីឪពុកម្តាយអ្នកឬមនុស្សពេញវ័យគួរឱ្យទុកចិត្តជាមុននោះទេ។ បើសិនអ្នកសម្រេចចិត្តដើម្បីជួបនរណា សូមរៀបចំនៅទីកន្លែងសាធារណៈដែលមនុស្សចាស់អាចគ្រប់គ្រងបាន។
- ✘ ដាក់រូបភាពរបស់អ្នក ឬរបស់មិត្តភក្តិអ្នក ដែលមានភាពទាក់ទាញអារម្មណ៍ផ្លូវភេទនៅលើវេបសាយ និងបង្ហាញខ្លួនឯងលើបណ្តាញអ៊ិនធើណែត។
- ✘ ឆ្លើយតបទៅនឹងសារទាំងឡាយដែលមានបំណង ឬធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍មិនសប្បាយចិត្ត។ វាមិនមែនជាកំហុសរបស់អ្នកឡើយ។ ជម្រាបឪពុកម្តាយអ្នក ឬមនុស្សចាស់ដែលអ្នកទុកចិត្តក្លាយ។ ដូច្នេះពួកគេអាចទាក់ទងទៅកាន់អ្នកផ្តល់សេវាកម្ម។
- ✘ ផ្តល់លេខសម្ងាត់ទៅនរណាម្នាក់ លើកលែងឪពុកម្តាយអ្នក។

ទូរស័ព្ទ និងការគំរាមកំហែង

ទូរស័ព្ទពេលបច្ចុប្បន្ននេះជាផ្នែកមួយនៃជីវិតប្រចាំថ្ងៃ។ វាជាសេវាទំនាក់ទំនងរបស់ពួកយើង ម៉ាស៊ីនថត វីឌីយ៉ូ កុំព្យូទ័រ និងមានច្រើនទៀត។ ឧបករណ៍ទាំងនេះ គឺមានប្រយោជន៍ដល់យើង ប៉ុន្តែវាក៏អាចត្រូវបានប្រើខុសផ្លូវ និងបង្កឱ្យមាតាមរឺចាប់ផ្តើមផងដែរ។

ការគំរាមកំហែងអាចប្រើតាមរយៈ ទូរស័ព្ទដៃដើម្បី

- ☛ ថតរូបរបស់អ្នកដែលជាគោលដៅរបស់ពួកគេ នៅពេលអ្នកមិនបានរំពឹងទុកជាមុនពីបញ្ហានេះ ហើយគេចែកចាយនៅលើបណ្តាញអ៊ិនធើណែតដើម្បីធ្វើឱ្យអ្នកខ្មាស់អៀននិងឈឺចាប់។
- ☛ ទាក់ទងមកអ្នកតាមទូរស័ព្ទ ឬផ្ញើសារគំរាមកំហែង និងសារវាយប្រហារគ្រប់ពេលវេលាទាំងថ្ងៃទាំងយប់។
- ☛ ផ្ញើររូបថតឬវីដេអូដែលវាយប្រហារ ឬខុសច្បាប់មកកាន់ទូរស័ព្ទដៃរបស់អ្នក។
- ☛ ចែកចាយលេខទូរស័ព្ទដៃរបស់អ្នកទៅកាន់មនុស្សផ្សេងៗនិងវេបសាយផ្សេងៗ។

ការពារខ្លួនអ្នកដើម្បីប្រឆាំងការគំរាមកំហែងតាមរយៈ ទូរស័ព្ទដៃ

- ☛ ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះនរណាម្នាក់ដែលអ្នកចែកចាយលេខទូរស័ព្ទ និងរូបថត។ រូបថតអាចត្រូវបានផ្ញើបន្តទៅកាន់នរណាម្នាក់ ហើយអាចធ្វើឱ្យអ្នកក្លាយជាជនរងគ្រោះ។

- ☛ ចៀសវាងផ្ញើសារដែលឈឺចាប់គ្រលប់ទៅវិញតាមទូរស័ព្ទ ព្រោះនោះគឺលើកទឹកចិត្តដល់អំពើបង្កឱ្យមានក្តីឈឺចាប់។
- ☛ ហាមឃាត់ចំនួនមនុស្សដែលអ្នកមិនចង់ទំនាក់ទំនងជាមួយ។
- ☛ សូមរក្សាទុកនូវសារដែលធ្វើឱ្យឈឺចាប់ដោយដាក់កាលបរិច្ឆេទដែលអ្នកបានទទួលទុកជាឯកសារវាយប្រហារ។
- ☛ សូមប្រាប់ទៅមនុស្សចាស់ដែលអ្នកទុកចិត្តហើយបង្ហាញឱ្យពួកគេដឹងពីសារបង្កឱ្យឈឺចាប់។ ពួកគេអាចប្រើឯកសារនោះជាភស្តុតាង និងជូនដំណឹងអធ្មាជរមានសមត្ថកិច្ច។

ធ្វើជាពលរដ្ឋដែលប្រើប្រាស់ទូរស័ព្ទដៃតាមផ្លូវល្អ

- ☛ សូមជ្រើសរើសពាក្យរបស់អ្នកប្រកបដោយភាពវ័យឆ្លាត។ ដូចជាការប្រើប្រាស់នៅក្នុង អ៊ីម៉ែលដែរ ការសរសេរសារជាអក្សរធំ (CAPITAL LETTERS) អាចត្រូវបានបកប្រែដែលមានន័យដូចជាការស្រែកដាក់ខ្លាំងៗដែរ។
- ☛ ប្រយ័ត្នក្នុងការប្រើប្រាស់រូបភាពរបស់មនុស្ស (ពិសេសសម្រាប់មនុស្សដែលអ្នកមិនស្គាល់)។ ត្រូវប្រាកដថាពួកគេយល់ព្រមនៅក្នុងរូបភាពនោះ។
- ☛ ប្រយ័ត្នក្នុងការប្រើប្រាស់រូបភាពរបស់មនុស្ស (ពិសេសសម្រាប់មនុស្សដែលអ្នកមិនស្គាល់)។ ត្រូវប្រាកដថាពួកគេយល់ព្រមនៅក្នុងរូបភាពនោះ។
- ☛ ផ្ញើតែសារណាដែលអ្នកមានអារម្មណ៍រីករាយនឹងទទួលវា។