



بيئة تعليمية آمنة من التنمـر الـاـلكـتروـني

A SAFE LEARNING ENVIRONMENT FROM CYBER BULLYING



الأسبوع الوطني للوقاية من التنمـر
The National Bullying Prevention Week



تعريف التنمُّر الالكتروني



- ◆ هو سلوك مسيء متعمد من شخص يستهدف شخص ما عبر الإنترنٌت باستخدام الأجهزة الالكترونية مثل الحاسُب الالي، الهَوَاطِفُ الذكِيَّةُ، والاجهزة اللوحية بإرسال تعليق صحيح أو خاطئ أو مشاركة صورة للضحية بهدف: الشتم، أو/ والإذلال، أو/ والإبتزاز، أو/ والترهيب، أو/ والمضايقة.
- ◆ يختلف التنمُّر الالكتروني عن باقي أنواع التنمُّر، حيث أنه غالباً ما يكون من شخص واحد لعدة أشخاص، ويكون تأثير التنمُّر الالكتروني على الضحية متكرر بحيث يتلقى عدة تعليقات سلبية بسبب صورة واحدة.
- ◆ قد يكون المستهدَف من التنمُّر الالكتروني طالب، معلم أو أي أحد من العاملين في البيئة المدرسية.



كيف يحدث التنمُّر الالكتروني؟

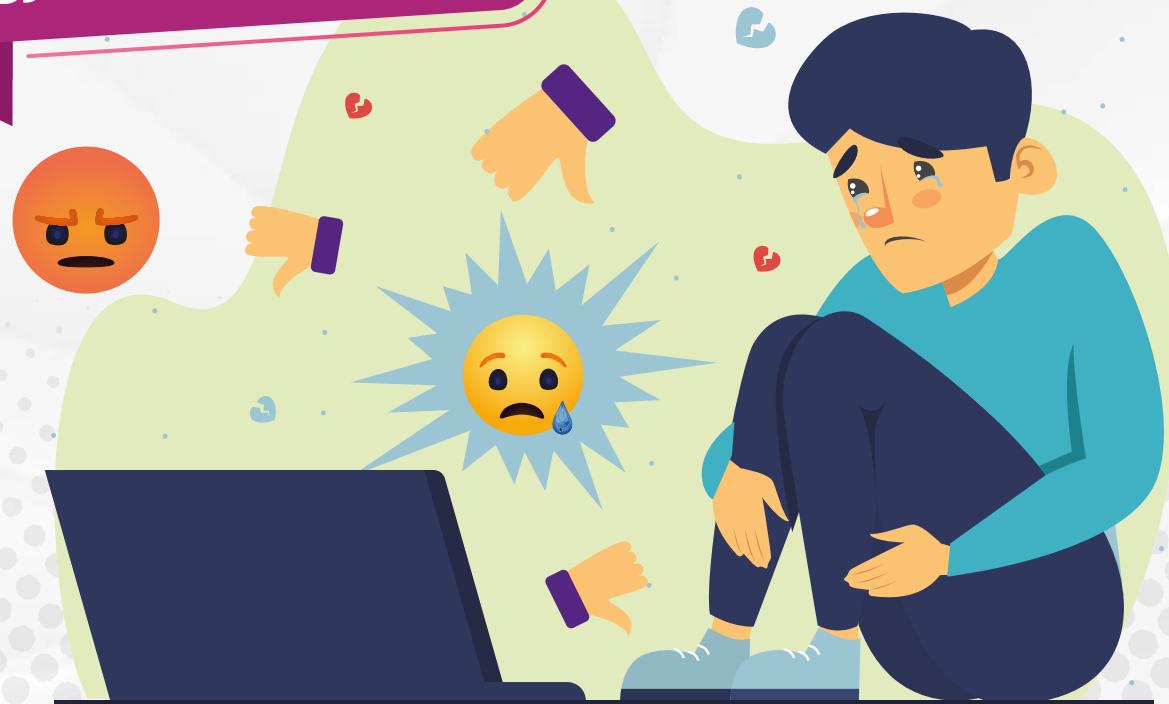
- الهاتف المحمول
- الرسائل الفورية
- البرامج الإلكترونية المختلفة
- البريد الإلكتروني
- المواقع الاجتماعية
- المواقع و الحسابات المزورة
- الروابط الاحتياطية
- برامج التجسس التي تعمل على سرقة بياناتك في الخفاء.

صور وأشكال التنمر الإلكتروني

- إشعال فتيل الشجار عبر الوسائل الإلكترونية.
- المضايقات بإرسال رسائل بذئنة أو رسائل تعارف.
- تشويه السمعة.
- الاحتيال.
- افشاء الأسرار.
- التجاهل الإلكتروني واقصاء الشخص.
- التهديد الإلكتروني.
- التتبع الإلكتروني.



خطوات يتبعها الطالب
للوصول إلى بيئة تعليمية
آمنة من التنمر الإلكتروني



كيف أساهم في الحفاظ على وجود بيئة
تعليمية آمنة خالية من التنمر الإلكتروني؟

1 أعلق على رسائل وصور الآخرين
بتعليقات إيجابية عبر وسائل
التواصل الاجتماعي.

2 احترم الاختلاف الثقافي والتنوعي
والفكري والديني للآخرين خلال
استخدامي لمواقع التواصل
الاجتماعي.

3 استخدم الحساب الخاص فيني فقط
في جميع البرامج، وأن لا استخدم
حسابات الآخرين، حتى وإن كنت أعلم
كلمة المرور الخاصة بهم.

4 أخذ موافقة خطية من الآخرين في
حال رغبتي بالتقاط أو نشر صور أو
فيديوهات لهم.

كيف أحمي نفسي من التنمـر الإلكتروني؟



الاحتفاظ بالصور الخاصة بي في مكان آمن،
وعدم مشاركتها مع الآخرين.

وضع كلمة سر قوية و التي من خصائصها أن تكون إما طويلة وسهله أو قصيرة معقدة ، وأن أحرص على أن تكون كلمة السر مختلفة من برنامج إلى آخر ، وأن أقوم بتغييرها كل 3 أشهر.

الاحتفاظ بالأرقام السرية سواء لبريدي الإلكتروني والبرامج الأخرى بما فيها موقع التواصل الاجتماعي وعدم مشاركتها مع الآخرين.

افتتح الروابط القادمة من مصادر موثوقة فقط.

المحافظة على الخصوصية، وعدم عرض المعلومات الشخصية.

احرص على وضع الصور المناسبة في الواقع المتأتـه للجميع.

أفعـل خاصـية التـحقـق بـخطـوتـيـن الـموـجـودـة في جـمـيع الشـبـكـات الـاجـتمـاعـيـة.

عدم إضافة أشخاص لا تعرفـهم على حـسـابـاتـك في مـوـاـقـع التـواـصـل الـاجـتمـاعـيـ.



خطوات تتبعها في حال تعرضك للتنمر الإلكتروني



1

تجاهل الردود والرسائل المُسيئة

2

قم بحظر الحسابات التي تُسيء لك

3

تحدث بشكل ودي في حال استمرار المضايقة فإنه ربما يكون من الأفضل التحدث إلى المتنمر بأسلوب ودي، فمن الممكن أن يكون المتنمر في حاجة إلى لفت انتباذه فقط، ومن ثم يتوقف بعدها عن الإزعاج.

4

تحدث بشكل حازم في حال عدم توقف المتنمر فإنه ينبغي أن تتحدث إلى المتنمر بأسلوب صارم، وإبلاغه بأن عليه التوقف عن فعل هذا السلوك.

5

في حال استمرار مضايقة المتنمر لك، صور الشاشة و أبلغ على الحسابات المُسيئة عن طريق طلب المساعدة من المعلم أو المرشد الأكاديمي والمهني/الأخلاقي الاجتماعي أو أي شخص من الكادر المدرسي أو والديك.

ملحوظة هامة: في حال صعب عليك التواصل مع كل من سبق، لا تتردد في التواصل مع وحدة حماية الطفل في وزارة التربية والتعليم على البريد الإلكتروني : CPU@MOE.GOV.AE - الهاتف: 042176666



يمكنك الآن تفعيل خاصية التحقق بخطوتين
من خلال التالي:



اختر إعدادات من القائمة

1



ثم اختر الحساب

2



ثم اضغط على التحقق بخطوتين، ثم تمكين

3

4

أدخل رقم التعريف المكون من 6 أرقام

* * * * *

* * * * *

إعادة إدخال رقم التعريف

5



6 إدخال البريد الإلكتروني الخاص بك

6

ACTIVATE

اضغط تفعيل

7



اختر إعدادات من القائمة

1



تأكيد رقم الهاتف الخاص بك لتصلك رسالة
نصية برمز التحقيق

2

LOGIN VERIFICATION

LOGIN VERIFICATION



3



ستصلك رسالة نصية لرمز التعريف

4

5

قم بإدخال رمز التعريف المبين بالرسالة النصية
لتفعيل خاصية حجب الإختراق





- 1 اختر إعدادات من القائمة
- 2 ثم اختر TWO FACTOR AUTHENTICATION
- 3 ثم اضغط على تفعيل الخاصية
- 4 تأكيد رقم الهاتف الخاص بك لتصلك رسالة نصية برمز التحقيق
- 5 ستصلك رسالة نصية لرمز التعريف
- 6 قم بإدخال رمز التعريف المبين بالرسالة النصية لتفعيل خاصية حجب الإختراق



10

لتأمين حساب
التويتر من
الاختراق :



اضغط على بروفايل

1



اختر الاعدادات والخصوصية

2



ثم اختر الحساب

3



ثم اختر SECURITY

4



ثم اضغط على تفعيل الخاصية

5



ستصلك رسالة نصية لرمز التعريف

6

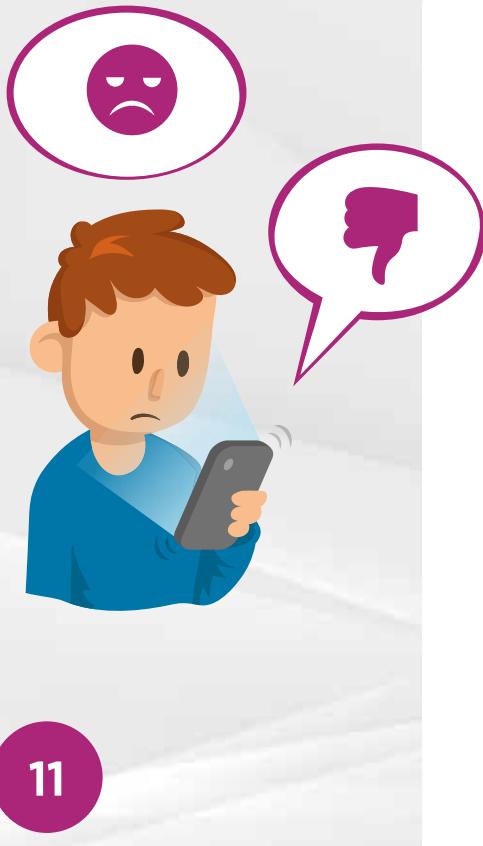


7

قم بإدخال رمز التعريف المبين بالرسالة النصية
لتفعيل خاصية جب الإختراق

خطوات تساعدولي أمر الطالب للوصول
إلى بيئة تعليمية آمنة من التتمر
الإلكتروني.





- ◆ توجيه الأبناء بالاستخدام الصحيح للأجهزة الإلكترونية ولمواقع التواصل الاجتماعي على وجه الخصوص وطرق حماية أجهزتهم.
- ◆ إغلاق الحسابات الغير مستخدمة لأبنائك.
- ◆ توعية ابنك بالطرق الصحيحة التي يجب أن يتبعها إذا تعرض للتنمر الإلكتروني.
- ◆ كون علاقة وطيدة مع ابنك، تجعله في حال تعرضه للتنمر الإلكتروني أن يلتجأ إليك.
- ◆ احرص على متابعة ابنائك لا مراقبتهم، فشعور الأبناء بالمراقبة يفقده من ثقته بنفسه.
- ◆ شجع ابنك على تفعيل المراقبة الذاتية، بحيث أن يبتعد عن التنمر الإلكتروني من تلقاء نفسه.
- ◆ احرص على اختيار الألعاب الإلكترونية المناسبة لعمر ابنك.
- ◆ تابع ابنك خلال استخدام الألعاب الإلكترونية وخلال دخوله لبرامج التواصل الاجتماعي على أن لا يتواصل مع الغرباء.
- ◆ فعل خاصية التحكم الأبوي في الأجهزة الإلكترونية لأبنائك.

تفعيل خاصية التحكم الأبوي في الأجهزة الإلكترونية



- 1 اختر إعدادات من قائمة الهاتف
- 2 الذهاب إلى مدة استخدام الجهاز
- 3 الضغط على متابعة ثم قم بتفعيل الخاصية
- 4 ثم قم بال اختيار الثاني (هذا الهاتف لطفل)
- 5 تعيين وقت البدء و وقت الانتهاء
- 6 قم بإختيار البرامج المراد تفعيلها
- 7 تعيين وقت محدد لإستخدام البرامج
- 8 الضغط على قيود المحتوى والخصوصية
- 9 قم بإنشاء كلمة السر الخاصة بولي الأمر

تفعيل خاصية التحكم الأبوي على الألعاب الإلكترونية

قم بتنزيل تطبيق نينتندو سويتش

يمكنكم تحديد الوقت المسموح للعب علياكم



1

في حال عدم التزام الطفل بالوقت المحدد للعب يمكنكم بتوقف اللعبة جرأً من خلال الضغط على SUSPEND SOFTWARE

4

يمكنكم أيضاً من خلال التطبيق تحديد ساعات اللعب بحسب أيام الأسبوع



3

يمكنكم أيضاً وضع قيود لنوعية الألعاب المناسبة لأعمار علياكم

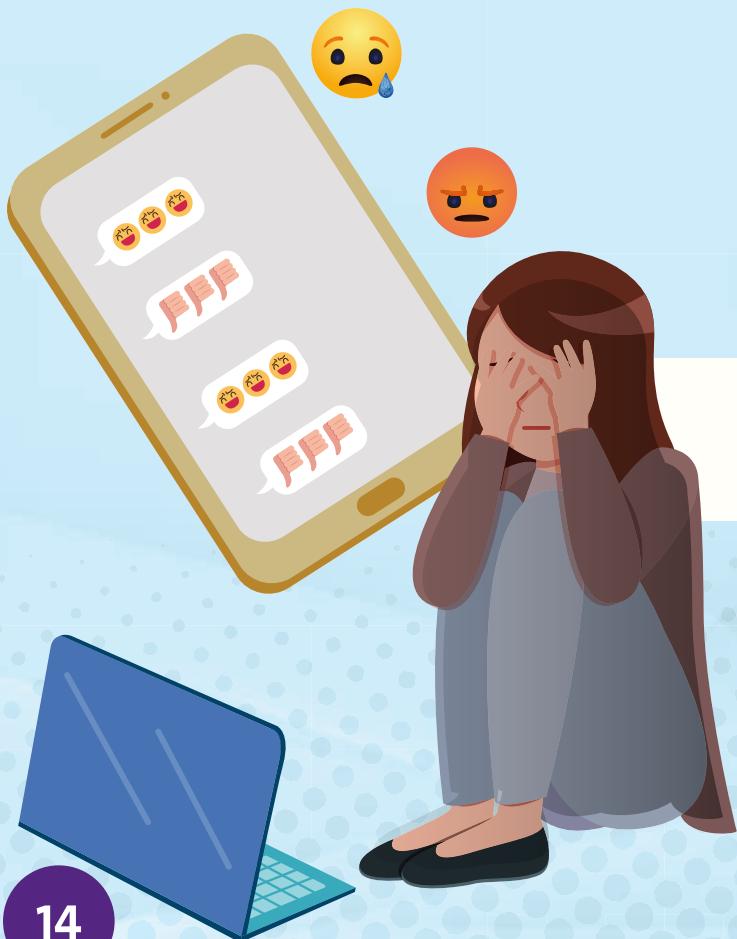


5



خطوات تساعد المدرسة للوصول
إلى بيئة تعليمية آمنة من التتمر
الإلكتروني.



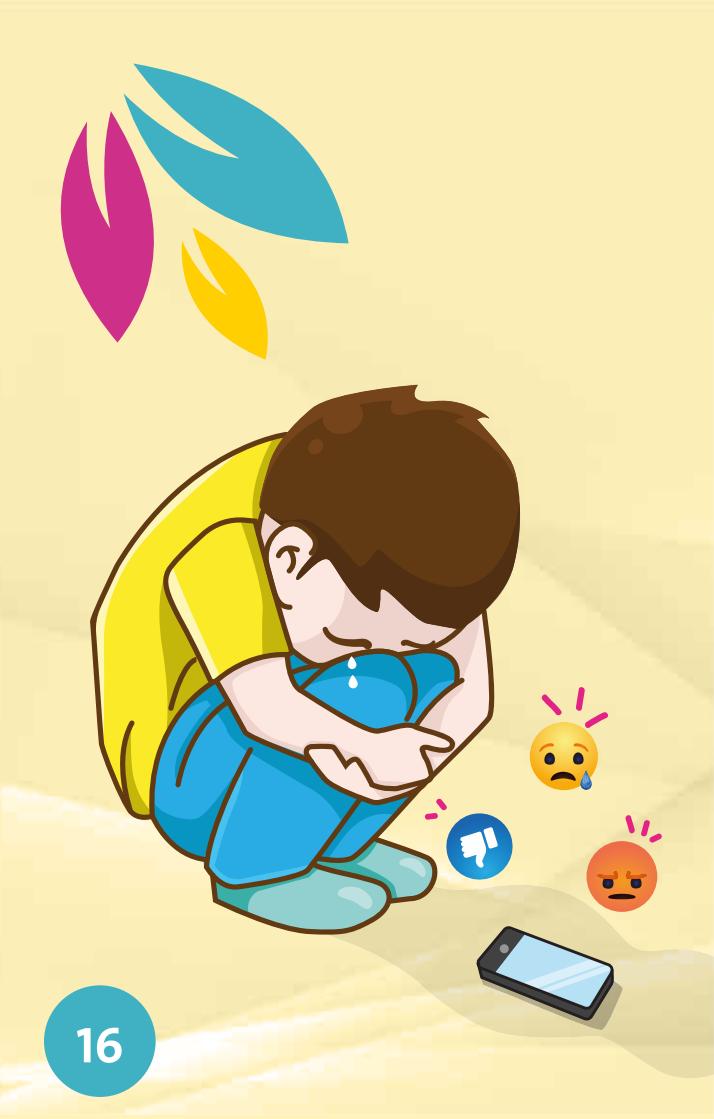


الإجراءات التي تتبعها المدرسة في الحفاظ
على بيئة تعليمية آمنة خالية من التنمّر الإلكتروني

- 👉 تفعيل لائحة إدارة سلوك الطلبة.
- 👉 تنفيذ برامج توعوية مختلفة بما يخص التنمّر الإلكتروني.



A SAFE LEARNING ENVIRONMENT FROM CYBER BULLYING



DEFINITION OF CYBER BULLYING

- It is an intentional abusive behavior of a person who targets a person over the Internet using electronic devices such as computers, smartphones, and tablets by sending a true or false comment or sharing a picture of the victim with the aim of: insulting, or humiliating, or / and extortion, or / and intimidation , Or / and harassment.
 - Cyberbullying differs from other types of bullying, as it is often from one person to several people, and the impact of electronic bullying on the victim is frequent that he/she receives several negative comments because of one image.
- The target of cyberbullying may be a student, teacher or any of the school environment workers.



HOW DOES CYBER BULLYING HAPPEN?

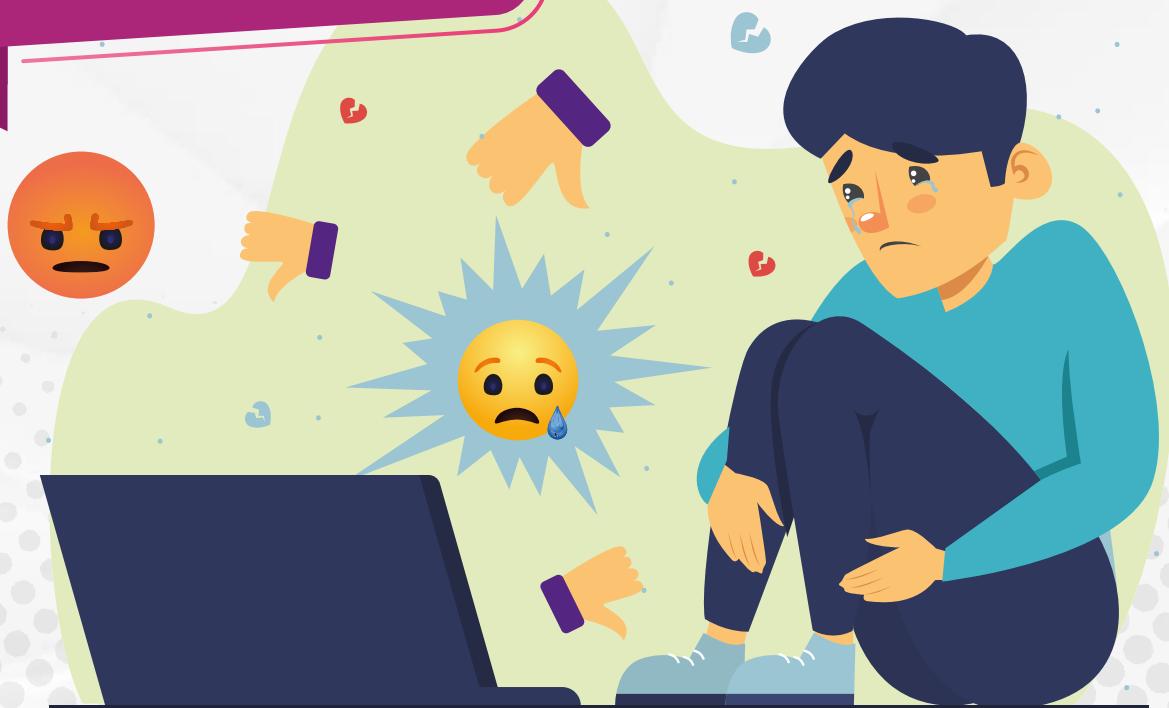
- SOCIAL MEDIA
- SPYWARE THAT SECRETLY STEALS YOUR DATA
- FAKE SITES / ACCOUNTS
- E-MAIL
- FRAUDULENT LINKS
- VARIOUS ELECTRONIC PROGRAMS
- INSTANT MESSAGING
- CELLPHONE MOBILE

FORMS OF CYBER BULLYING

- ➥ Start a fight through the electronic means / platforms.
- ➥ Harassment, such as sending obscene or dating messages.
- ➥ Defamation and ruining reputation of the individual.
- ➥ Fraud .
- ➥ Disclosure of secrets.
- ➥ Electronic threat.
- ➥ Electronic ignoring and excluding the individual.
- ➥ Electronic tracking and stalking.



STEPS THE STUDENT TAKES TO REACH A SAFE LEARNING ENVIRONMENT FROM CYBERBULLYING





HOW DO I CONTRIBUTE TO MAINTAINING A SAFE EDUCATIONAL ENVIRONMENT FREE FROM CYBER BULLYING?

- 
- 1** Comment on others' messages and photos with positive comments on social media.
 - 2** Respect the cultural, gender, intellectual and religious differences of others while using social media.
 - 3** Obtain written consent from others if you wish to take or post photos or videos of them.
 - 4** Use your own account only in all programs and social media, and not to use the accounts of others, even if you know their password.

HOW DO I PROTECT MYSELF FROM CYBER BULLYING?

Keep passwords both for my email and other programs, including social media safe & secured, and not share them with others.

Open links coming from trusted sources only.

Maintaining privacy and not displaying personal information.

Make sure to put the right suitable photos on the sites that are available to everyone to access.

Keep my photos in a safe place, and not share them with others.

Setting a strong password, which has characteristics that are either long and easy, or short and complex, and to ensure that the password is different from one program to another and that I change it every 3 months.

Activate the 2-step verification on all social networks.

Not to add people you don't know on your social media accounts.





STEPS TO FOLLOW IN THE EVENT OF EXPOSURE TO CYBER BULLYING

- 1 IGNORE ABUSIVE RESPONSES AND MESSAGES.
- 2 BLOCK ACCOUNTS THAT OFFEND YOU.
- 3 SPEAK IN AN AMICABLE MANNER IN THE EVENT OF CONTINUED HARASSMENT, IT IS PERHAPS BEST TO TALK TO THE BULLY WITH AN AMICABLE MANNER, IT IS POSSIBLE THAT THE BULLY ONLY NEEDS TO GET HIS ATTENTION, AND THEN STOP THE BULLYING.
- 4 SPEAK FIRMLY IF THE BULLYING DOES NOT STOP, YOU SHOULD TALK TO THE BULLY IN A STRICT MANNER AND INFORM HIM/HER THAT THEY MUST STOP DOING THIS BEHAVIOR.
- 5 IF THE BULLY CONTINUES TO HARASS YOU, SCREEN SHOT AND REPORT THE OFFENSIVE ACCOUNTS BY ASKING FOR HELP FROM THE TEACHER, ACADEMIC AND PROFESSIONAL COUNSELOR / SOCIAL WORKER OR ANY PERSON FROM THE SCHOOL STAFF OR YOUR PARENTS.

IF IT IS DIFFICULT FOR YOU TO COMMUNICATE WITH ALL THE ABOVE, DO NOT HESITATE TO CONTACT THE CHILD PROTECTION UNIT IN THE MINISTRY OF EDUCATION BY E-MAIL: CPU@MOE.GOV.AE - PHONE: 042176666

YOU CAN NOW ACTIVATE THE 2-STEP VERIFICATION FEATURE THROUGH THE FOLLOWING:



CHOOSE SETTINGS FROM THE MENU.

1



THEN CHOOSE ACCOUNT.

2



PRESS ON TWO-STEP VERIFICATION , THEN CHOOSE "ENABLE".

3

4

ENTER A 6-DIGIT PIN.

CONFIRM YOUR PIN.

5



ENTER YOUR E-MAIL ADDRESS.

6

ACTIVATE



THEN PRESS "ACTIVATE"

7



- 1 CHOOSE SETTINGS FROM THE MENU.
- 2 CONFIRM YOUR PHONE NUMBER TO RECEIVE AN SMS WITH VERIFICATION CODE.
- 3 PRESS LOGIN VERIFICATION.
- 4 YOU WILL RECEIVE AN SMS WITH THE VERIFICATION CODE.
- 5 ENTER THE VERIFICATION CODE TO ACTIVATE THE TWO-FACTOR AUTHENTICATOR.



- 1 CHOOSE SETTING FROM THE MENU.
- 2 PRESS (TWO FACTOR AUTHENTICATION).
- 3 ACTIVATE THE (TWO FACTOR AUTHENTICATION)
- 4 ENTER YOUR PHONE NUMBER.
- 5 YOU WILL RECEIVE SMS WITH THE SECURITY CODE.
- 6 ENTER THE SECURITY CODE TO ACTIVATE THE TWO FACTOR AUTHENTICATION FEATURE.



PRESS ON THE PROFILE ICON.

1



CHOOSE SETTING AND PRIVACY.

2



THEN CHOOSE ACCOUNT

3



PRESS ON SECURITY.

4



ACTIVATE LOGIN VERIFICATION
FEATURE, AND PRESS OK.

5

1

YOU WILL RECEIVE AN SMS WITH
CONFIRMATION CODE.

6

7

ENTER THE CODE TO ACTIVATE THE LOGIN
VERIFICATION FEATURE.



STEPS THAT HELP THE PARENTS
TO REACH A SAFE LEARNING
ENVIRONMENT FOR THEIR CHILDREN
FROM CYBERBULLYING





THE PARENT'S ROLE IN MAINTAINING A SAFE EDUCATIONAL ENVIRONMENT FREE FROM CYBER BULLYING



- ➥ Instructing children to properly use electronic devices and social media, and the ways to protect their devices.
- ➥ Close unused accounts for your children.
- ➥ Educate your children about the correct methods that they should follow if they are subjected to cyberbullying.
- ➥ Having a close relationship with your children makes them, in the event of being exposed to cyber bullying, seek your guidance and help.
- ➥ Make sure to follow your children and keep an eye on them, not to surveil them as the children's sense of observation makes them lose their self-confidence.
- ➥ Encourage your children to activate self-monitoring, so that they avoid cyberbullying on their own.
- ➥ Make sure to choose electronic games that are appropriate for your children's age
- ➥ Monitor your children during the use of electronic games and while entering social media platforms, making sure that they do not communicate with strangers.
- ➥ Activate parental control for your kids 'electronic devices.



ACTIVATING THE PARENTAL CONTROL FEATURE IN ELECTRONIC DEVICES



GO TO SCREEN TIME
OPTION.

2



CHOOSE SETTINGS
FROM PHONE OPTIONS.

1



CHOOSE OPTION 2
(THIS MY CHILD PHONE).

4



ACTIVATE FEATURE
THEN CLICK CONTINUE.

3



CHOOSE THE APPS THAT
YOU WANT TO ACTIVATE

6



SET START TIME AND
END TIME.

5



CLICK ON CONTENT AND
PRIVACY.

8



SET TIME FOR SELECTED
APP.

7

CREATE A PASSWORD FOR
THE GUARDIAN

9



ACTIVATE PARENTAL CONTROL ON ELECTRONIC GAMES



YOU CAN SET THE TIME FOR
PLAYING FOR YOUR KIDS.

2



DOWNLOAD NINTENDO
SWITCH APP.

1



THROUGH THE APPLICATION YOU CAN
ALSO SPECIFY HOURS PLAY ACCORDING
TO THE DAYS OF THE WEEK.

4



THE EVENT THAT THE CHILD DOES
NOT ADHERE TO THE SET TIME FOR
PLAY YOU CAN STOP THE GAME BY
FORCING IT BY PRESSING SUSPEND
SOFTWARE.

3



YOU CAN ALSO SET LIMITS ON THE TYPE
OF GAMES THAT ARE APPROPRIATE FOR
THE AGES OF YOUR CHILDREN.

5





A cartoon illustration of a male teacher wearing a white agal and ghutra, holding a book and a pointer stick, stands next to a green chalkboard. The chalkboard has a gold-colored frame and contains the following text:

STEPS THAT HELP THE SCHOOLS TO REACH A SAFE LEARNING ENVIRONMENT FROM CYBERBULLYING



THE SCHOOL'S ROLE IN MAINTAINING A SAFE EDUCATIONAL ENVIRONMENT FREE FROM CYBERBULLYING

- ACTIVATING THE STUDENT BEHAVIOR MANAGEMENT REGULATIONS.
- IMPLEMENTATION OF VARIOUS AWARENESS PROGRAMS REGARDING CYBERBULLYING.



الإمارات العربية المتحدة
وزارة التربية والتعليم

